

سلسلة
دراسات نفسية إسلامية
(٤)

الشخصية السوية

إعداد
الدكتور سيد عبد الحميد مرسى

الناشر
مكتبة وهبة
١٤ شارع الجمهورية - جازي
تليفون ٩٣٧٤٧٠

الطبعة الأولى

المحرم ١٤٠٦ هـ - أكتوبر ١٩٨٥ م

جميع الحقوق محفوظة

دار الفنون والنشر
للطباعة والجمع إلى
أول شهر ٣٠ رمضان الموصل بجوار جامع الرعاء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

« ونفس وما سواها - فآلهمها فجورها وتقواها »

صدق الله العظيم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة

الحمد لله رب العالمين : والصلاة والسلام على سيد المرسلين ،
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .. وبعد :

لقد أصبح الانسان فى حاجة ملحة الى فهم شخصيته ، نظرا لما
بلغه من التقدم العلمى التكنولوجى وقصوره فى تنمية المهارات الملائمة
فى المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية . ويبدأ الانسان التفكير
فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته مع
بيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين
العالم الذى يعيش فيه .. حينئذ يتردد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة
ماسة الى فهم ذاته . وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم
الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير
الشخصية .

وتتميز الشخصية السوية بالقدرة على التحكم فى الذات ، وتحمل
المسئولية وتقديرها ، والتعاون ، والقدرة على تبادل الثقة ، والانسانية،
والديمقراطية ، ومستوى الطموح . ويمكن تحليل السلوك الى نتائج
مترتبة على اشباع الحاجة ، وتحديد الحاجات الأساسية للانسان فى
الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى
الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق
الذات .

ويحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى
تعرضه .. فهو يحتاج الى الآخرين حتى يشبع حاجاته التى لا يستطيع

أن يشبعها بمفرده • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بما يدعم شعوره بالأمن وتقدير الذات • وللعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية نتلخص في أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر ، كما يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها ، ويعمل على الاتصال المستمر بالطرف الآخر ، ويفرض كل منهما مطالب وتوقعات على الطرف الآخر ، كما يحترم كل واحد حق الآخر في تقرير شؤونه •

ولقد درجنا على أن نجد كتب علم النفس تهتم أساسا — في دراستها للشخصية — على الجوانب غير السوية • • بحيث تتناول الشخصية المضطربة — غير السوية — بالدراسة والتحليل والتشخيص توطئة لعلاجها • ولهذا الجانب أهميته في التغلب على مشكلات الاتوافق التي يواجهها الانسان في حياته اليومية • ومن ناحية أخرى ينبغي ألا نغفل الجانب السوي من الشخصية ، اذ علينا أن نتناوله بالدراسة العلمية النظرية والتطبيقية •

ولقد ركز الكاتب على الجانب السوي للشخصية ، فحاول أن يبرز في ستة فصول الجوانب المختلفة للشخصية السوية • • فنناقش في الفصل الأول « مدخل الى الشخصية السوية » مفهوم الشخصية السوية متعرضا للتعاريف المختلفة للشخصية ، والمفاهيم الأساسية للشخصية السوية ، والشخصية السوية في القرآن الكريم • ونناقش الفصل الثاني بعنوان « اطار نظري لدراسة الشخصية » النظريات المختلفة للشخصية من وجهات نظر عديدة نتلخص في الآتي : المدرسة الكلية ، والمدرسة الكلية البيولوجية ، ومدرسة التحليل النفسي (فرويد) ، والفرويديون المحدثون ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات • ثم ناقش أنماط الشخصية كما وردت في القرآن الكريم وهي : المؤمنون ، والمنافقون ، والكافرون •

وانفرد الفصل الثالث بابرار « ملامح الشخصية السوية » • • فنناقش مظاهر النمو النفسي وهي : التكيف ، واشباع الحاجات الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية • ثم انتقل الى دراسة الصحة

النفسية والتكيف ، وناقش الشخصية والأخلاق • وانفرد الفصل الرابع بدراسة « توافق الشخصية » ، فناقش مفهوم التوافق وأبعاده وهى : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ثم تعرض لأساليب التوافق غير السوى وهى الهجومية ، والانسحابية والاستعطافية ، والقلق المرضى ، واختتم الفصل بتوضيح مظاهر سوء التوافق فى القرآن الكريم •

وناقش الفصل الخامس « التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق » • فأبرز الحاجة الى الخدمات النفسية ، ومفهوم التوجيه والارشاد النفسى ، والأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى من النواحي الفلسفية والسيكولوجية ، والتربوية والاجتماعية ، والفنية والأخلاقية • وانتقل الحديث الى العلاج النفسى من حيث مفهومه وأهدافه ، واختتم الفصل بابرار العلاج النفسى فى القرآن الكريم من حيث الايمان والشعور بالأمن ، وأسلوب القرآن فى علاج النفس من خلال : الايمان بعقيدة التوحيد ، والتقوى ، والعبادات ، والصبر ، والذكر ، والتوبة •

وتركز الحديث فى الفصل السادس « الخاتمة » على مناقشة الهدف من الكتاب ، والربط بين الجوانب النفسية والدينية ، وكيف أن العقيدة الاسلامية السمحاء قد سبقت العلم والعلماء المحدثين فى الحديث عن النفس البشرية فى سوائها وانحرافها وأنماط الشخصية المختلفة بفضل ما ورد فى القرآن الكريم من آيات تذكر كل هذه الجوانب ، وما ذكره رسول الله صلى الله عليه وسلم فى أحاديثه النبوية الشريفة •

وبعد • فهذه محاولة علمية لابرار جوانب الشخصية السوية مدعمة بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية • والله ولى التوفيق •

جدة : رجب ١٤٠٥ هـ

مارس ١٩٨٥ م

د • سيد عبد الحميد مرسى

الفصل الأول

مدخل إلى الشخصية السوية

● مدخل :

لم يكن الانسان فى يوم من الأيام أشد حاجة الى فهم شخصيته مما هو عليه الآن ، ذلك لأن شمة صرخة مدوية ترتفع الآن فى كل مكان معلنة أن الانسان قد نمت معرفته بالعالم الطبيعى وتقدمت سيطرته عليه ، فأصبح يرتاد الفضاء ووصل الى القمر ، حتى أصبح قاب قوسين أو أدنى من الهلاك . فلقد وصل الانسان اليوم الى مرحلة من القدرة والمهارة يكاد معها أن يدمر نفسه بنفسه . ولم يعد أمامنا اليوم الا أن ننمى معرفتنا بالطبيعة البشرية ، حتى يحدث التوازن اللازم فى المعرفة الانسانية ، وحتى نكون أكثر قدرة على التحكم فى العوامل التى تسير بنا الى طريق الدمار (١) .

ويؤيد هذا القول ما جاء فى أحد مراجع « العلاقات الانسانية » (٢) حيث ذكر المؤلف أن المجتمع الغربى قد فشل فى أن ينمى الأساليب والوسائل والمهارات اللازمة فى المجالات الاجتماعية والشخصية والعلاقات الانسانية ، حتى يتمكن من أن يساير التقدم الذى أحرزه فى المهارات والوسائل والأساليب غير الانسانية السائدة فى المجتمع . وكان يشير بقوله هذا الى التقدم الذى حققته أمريكا فى مجال العلوم الطبيعية وغزو الفضاء واستخدام الأسلحة النووية التى قد تعجل بقاء البشرية ، دون أن يواكب ذلك التقدم الملائم فى مجال العلوم الانسانية .

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى ،

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٣ — ٤ .

Berrien, F.; Comments and Cases on Human (٢)

Relations. New York : Harper, 1951, pp. 4 — 6.

ويبدأ الانسان بالتفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد اضمحلت ، وأن علاقته بالبيئة المحيطة به لم تعد علاقة ود وأمن ، وعندما يشعر بحدّة القصور وانعدام التكافؤ بينه وبين العالم المادى والاجتماعى الذى يعيش فيه ، وعندما يشعر بالعزلة والفرقة بينه وبين الآخرين •• عندئذ يترد الانسان الى نفسه ، ونتجسم فى أوهامه نقائصه ، ويشعر بحاجة ملحة الى أن يختبر ذاته ويحاسبها ويحاول جاهدا أن يتفهمها • ولكن ليس معنى أن يترد الانسان الى نفسه وأن يتفهم شخصيته أنه قد أصبح بالضرورة قادرا على فهمها •• فلقد قامت على مر التاريخ محاولات عديدة لفهم الشخصية الانسانية ، ولكن لا تزال الانسانية تعتبر فى بداية الطريق الى تحقيق هذا الهدف الضخم ، لأن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تعطل فهم الانسان لذاته • فالانسان الذى ظل طوال هذه الأجيال ينظر الى نفسه على أنه محور هذا الكون ، وأن كل شئ مخلوق من أجله ، لا يستطيع أن ينظر الى الأمور التى تتصل به وبشخصيته بعين مجردة أو أن يقف منها موقفا علميا موضوعيا خاليا من كل تحيز ومن كل رغبة شخصية • ولهذا تعطلت الدراسة العلمية للشخصية الانسانية فترة طويلة (٣) •

وأخيرا قامت محاولات لدراسة الشخصية دراسة علمية خرجنا منها بنظريات متعددة •• منها ما يهتم بدراسة أنماط الشخصية أو سماتها ، ومنها ما يعنى بالجوانب البيولوجية للشخصية ، وهناك نظرية التحليل النفسى ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات ، ونظرية العوامل الثقافية وغيرها ، مما سنناقشه فى الفصل القالى ، ولا تزال المحاولات مستمرة •

* * *

● مفهوم الشخصية السوية :

يتميز المجتمع الحديث بأنه دائم التغير ، ومن هنا كان على الفرد الذى يتفاعل مع الظروف المتغيرة فى البيئة — أن يتعلم كيف يستجيب

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى ، القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦

لهذه الظروف ويواجهها بطريقة تحقق له التكيف الشخصى والاجتماعى السليم • ومن ناحية أخرى فان السلوك الانسانى يرتبط ارتباطاً وثيقاً مع الظروف الداخلية والخارجية التى يتعرض لها الفرد • وعلى ذلك فاننا لا نستطيع أن نفهم السلوك البشرى ببساطة بمجرد دراسة الظروف الخارجية التى يتعرض لها الفرد ، اذ يرتبط سلوكه أيضاً بالخواص والمميزات والاستعدادات الداخلية للفرد • ويمكن القول بأن الاستعدادات الطبيعية التى يحملها كل فرد لها أثر كبير فى تحديد نمط سلوكه •

وبناء على ما تقدم يمكن لقول انه دون الفهم الواعى للطبيعة شخصية الفرد فاننا لا نستطيع أن نفهم سلوكه فهما كاملاً • ويستلزم هذا الفهم ذلك دراسة الظروف المختلفة التى تسهم فى احداث الاستجابات السلوكية فى المواقف المختلفة • فأنماط سلوك الفرد تتحدد من خلال التفاعل فيما بين مكونات الشخصية وبين الظروف الاجتماعية والطبيعية التى تتفاعل فى اطارها •

وفى ضوء ما تقدم يمكن أن نعرف الشخصية على النحو الآتى :

أولاً : « الشخصية هى ذلك التنظيم الديناميكي فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة » (٤) •

والمقصود بالتنظيم الديناميكي أن تكوين الشخصية لا يكون ثابتاً بل يتغير بمرور الزمن تحت المؤثرات المختلفة والظروف المحيطة • ويقصد بالاستعدادات النفسية والجسمية تلك العادات والاتجاهات والعواطف التى اكتسبها الفرد نتيجة لمروره بخبرات معينة • نخلص من ذلك أن الشخصية هى نتاج كل من العقل والجسم فى وحدة كلية متكاملة •

ويتميز هذا التعريف بما يأتي :

١ — أوضح أن الشخصية تنظيم أو تكوين ديناميكي عام • ويقصد بذلك أنه قابل للتغير ، وذلك نتيجة للتفاعل الدائم بين مختلف العوامل الشخصية والاجتماعية والثقافية •

٢ — يشير الى التكوينات الجزئية الجسمية النفسية • ويقصد بهذا أن الشخصية تكوين عام يندرج تحته تكوينات جزئية ، في جميع ما يتميز به الفرد من عادات واتجاهات وانفعالات واستعدادات ومشاعر وقيم • ويشير التعريف كذلك الى أن التكوينات المختلفة هي مزيج من النواحي الجسمية والنفسية •

٣ — يشير التعريف الى أن الشخصية هي استعداد يحدد استجابة الفرد لمختلف المثيرات التي تحيط به ، والى أن أساليب التكيف خاصة بالفرد أي أنها تميزه عن غيره من الأفراد •

٤ — وأخيرا يشير التعريف الى أن تكيف الفرد مع بيئته ليس تكيفا سلبيا للعوامل البيئية المحيطة بالفرد ، ولكنه تكيف ايجابي فعال للبيئة الحقيقية ، كما أنه تكيف للبيئة كما يتخيلها الفرد أو يتصورها أو يتمناها •

ثانيا : يرى « كاتل » أن « الشخصية هي تلك التي تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص في موقف معين ، وعلى ذلك فان هدف البحوث النفسية في الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون في جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة •• ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان سلوكا صريحا أو متخفيا » (٥) •

من الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة اللذين يحدثان

Cattell, R.; Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study. New York : Mc. Graw - Hill, 1950, p. 302 (٥)

فى الدراسة التجريبية العادية • انه مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطار الأكبر للكائن الكلى الفعال •

ثالثا : الشخصية هى ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو فى العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تميزا واضحا « (٦) •

ويعنى هذا التعريف أن مفهوم الشخصية يشمل دوافع الفرد وانفعالاته وعواطفه وميوله واهتماماته وسماته واتجاهاته وآراءه ومعتقداته ، كما يشمل عاداته وقدراته العقلية العامة والخاصة ومايتخذه من أهداف ومثل وقيم اجتماعية ، وتنظيم كل هذه الجوانب فى كل متكامل يتسم بالاتساق والانتظام •

رابعا : « الشخصية هى ذلك التنظيم التكاملى الديناميكي الذى يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية بشقيها — العقلية والانفعالية — ومؤثرات البيئة المادية والاجتماعية » (٧) •

نخلص من هذا التعريف أن الشخصية تنقسم الى :

- ١ — مكونات جسمية •
- ٢ — مكونات معرثية « عقلية » •
- ٣ — مكونات مزاجية « انفعالية » •
- ٤ — مكونات بيئية « عواطف والاتجاهات والقيم » •

خامسا : يمكن أن نعرف الشخصية تعريفا اجرائيا فنقول :
« انها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذى يصف الفرد من حيث

(٦) مصطفى فهمى : علم النفس الاكلينيكي . القاهرة : مكتبة مصر ،

١٩٦٧ ص ٥٦

(٧) عطية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية •
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ ، ص ٩

هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم ، التي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية » (٨) •

ويتميز هذا التعريف بتأكيدہ للنقاط الآتية :

- ١ - أنه يعتبر أن الشخصية مفهوم وليست شيئاً ملموساً •
- ٢ - أنه يعتبر أن لفظ الشخصية يشير الى أساليب سلوكية وادراكية يرتبط بعضها ببعض الآخر فى تنظيم معين يجعل منها كلاً موحداً ، وأن هذا الكل شديد التعقيد •
- ٣ - أنه يعتبر أن ما يهمنا من الأساليب السلوكية عندما نتحدث عن الشخصية هو ما يتصل منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص •

وهناك تعريفات أخرى تهتم بالوظيفة التنظيمية للشخصية ، ومثل هذه التعاريف ترى أن الشخصية هى التنظيم أو النمط الذى يخلق على هذه الضروب الجزئية والمتباينة من سلوك الفرد ، أو أن التنظيم نتاج للشخصية التى هى قوة ايجابية فعالة فى الفرد • ان الشخصية هى ما يعطى نالفا ونظماً لجميع الأشكال المختلفة من السلوك الذى يمارسه الفرد ، فالشخصية تتكون من الجهود التى يبذلها الفرد فى التوافق ، وهى جهود متباينة وان كانت مميزة • وثمة تعريفات أخرى ترى الشخصية مرادفاً للجوانب الفريدة أو الفردية من السلوك • وبهذا المعنى تصبح اصطلاحاً يشير الى تلك الأشياء التى يتصف بها الفرد والتى تميزه وتفرق بينه وبين بقية الأشخاص • وأخيراً يعتبر الباحثون فى الشخصية أنها تمثل جوهر الانسان •• وترى هذه التعريفات أن الشخصية تشير الى ذلك الجانب من الفرد الذى يمثل أكثر من الجوانب الأخرى ، ليس لأنه الجانب الذى يفرق بينه وبين الأشخاص الآخرين فحسب ، ولكن لأنه هو ما يكون عليه الشخص فى حقيقته • ويتمثل هذا النوع من التعريف فيما يراه « ألبورت » من أن « الشخصية هى

(٨) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى ،

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣

ما يكون عليه الانسان فى حقيقته » (٩) • ومقتضى هذا أن الشخصية تتكون فى نهاية الأمر من أكثر الأشياء تمثيلا وأعماقها تميزا للشخص (١٠) •

بعد هذا العرض لوجهات نظر مختلفة فى تعريف الشخصية ومناقشتها ، نرى الاكتفاء بهذا القدر ، حيث سنناقش وجهات النظر المختلفة للشخصية بأسهاب فى الفصل التالى •

* * *

● الشخصية السوية :

يتضح من المناقشة السابقة أن الشخصية مصطلح مجرد يرمز الى أنماط السلوك المميزة التى يتصرف بها الشخص بالنسبة لمواقف الحياة المختلفة • ويمكن القول أن « الشخصية السوية » ترمز الى طرق التصرف التى يتصرف بها الأفراد ليصبحوا سعداء وأصحاء (١١) • وإذا ما تساءلنا عن شكل الشخصية السوية ، أو كيف يتصرف الشخص السوى فى مواقف الحياة المختلفة ، نجد أنه من المتعذر وصف الشخصية الصحية أو السوية بكليتها لأننا لا نستطيع أن نصف أية شخصية ككل • وأفضل ما يمكن عمله هو أن نصف عينة من سلوك الشخص وسماته ، فانا لا نعرف أى شخص بطريقة شاملة كلية ، لأننا لانالاحظ كل شيء يفعله الشخص • وإذا ما حاولنا وصف شخصية سوية فرضية ، ينبغى أن نقنع بأوصاف عامة لخواص الشخصية ذات القيمة •

وسنقدم فيما يلى أوصافا مختصرة للشخصية السوية •
أولا : قدم « مازيو » (١٢) نظرية فى الدوافع الانسانية تفترض

Allport, G., *Personality : A Psychological Interpretation*. New York : Holt, 1937, P. 48. (٩)

(١٠) فرج أحمد فرج ، قدرى حنفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٢٢

(١١) حسن الفتى ، وسيد خير الله (ترجمة) : الشخصية بين الصحة والمرض • القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢ - ٣

Maslow, A.; *Motivation and Personality* New York : Harper, 1954. 12. (١١)

أن الحاجات تنتظم فى تدرج من الأهمية أو القوة • فعندما تشبع الحاجات ذات القوة الكبرى أو الأولوية فان الحاجات التالية فى التدرج الهرمى تبرز وتلج فى طلب الاشباع هى الأخرى ، وعندما تشبع تكون قد صعدنا خطوة أخرى على سلم الدوافع • ونظام التدرج الهرمى للحاجات من آخرها قوة الى أقلها قوة هو كما يلى : الحاجات البيولوجية كالجوع والعطش ، وحاجات الأمن ، ثم الحاجة الى الانتماء والحب ، وحاجات الاعتراف والتقدير ، وحاجات تقدير الذات ، ثم الحاجات المعرفية ، وأخيرا الحاجات الجمالية كالرغبة فى الجمال • ويلاحظ أن هذا التدرج الهرمى لا مكان فيه للحاجات المعادية للمجتمع والمحدثة للأذى • ان الانسان يمكن أن يصبح معاديا للمجتمع فقط عندما ينكر عليه هذا المجتمع اشباع حاجاته •

ويرى « مازلو » أنه كى ينمو علم النفس ويصبح أكثر اكتمالا وشمولا يصبح حتما على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكاناتهم الى أقصى مداها ، بدلا من الاقتصار على دراسة حالات غير سوية • وهذا هو ما فعله مازلو •• فقد قام ببحث متعمق وشامل لجماعة من الأشخاص الذين حققوا ذواتهم • وهؤلاء أشخاص يندر وجودهم ، كما وجد مازلو عندما شرع فى الوصول الى مجموعته • وعثر على مفحوصين مناسبين ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، فى حين كان البعض الآخر لا يزال على قيد الحياة عند القيام بدراسته مثل روزفلت وآينشتاين والبعض من أصدقائه ومعارفه • وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هى :

١ - أن لهم اتجاها واقعيا •

٢ - أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعى كما هم •

٣ - أنهم على قدر كبير من التلقائية •

٤ - أنهم يتركزون حول المشكلات بدلا من أن يتركزوا حول

أنفسهم •

٥ - أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية •

- ٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى .
- ٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة .
- ٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة ، دون أن تكون بالضرورة ذات طابع دينى .
- ٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية جمعاء .
- ١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق دون أن تكون سطحية .
- ١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ذات طابع ديمقراطى .
- ١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة .
- ١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى وليست ذات طابع صدائى .

- ١٤ — أنهم يولعون أشد الولع بالخلق والابتكار .
- ١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها .

ويبدو أن أسهام مازلو الفريد لوجهة نظر الكائن العضوى هو انشغاله بالأصحاء أو الأسوياء من الناس بدلا من المرضى أو غير الأسوياء .

ثانيا : أن الفرد يعبر عن شخصية صحية سوية عندما يكون قادرا على اشباع حاجاته عن طريق السلوك الذى يتفق مع كل من معايير المجتمع ومطالب ضميره . وهذا يعنى أنه لا يوجد تعريف معين للشخصية السوية ينطبق على كل المجتمعات وفى كل الأوقات ، ولكنه يوضح ما يجب أن يقوم به الشخص حتى يمكن الحكم عليه بأنه شخصية سوية ، وهو يعنى :

- ١ — أنه يشعر بالاشباع ، والاشباع يؤدي الى حالة انفعالية تعرف بالسعادة أو الاكتفاء ، وتتفق معظم المراجع العلمية السلوكية على أنه بدون الاشباع لن تكون هناك شخصية صحية أو سوية . والشخص الذى يبدي عدم رضاء مستمرا لا يمكن أن يعتبر شخصية سوية .

٢ — أن الفرد لا بد أن يجد اشباعا بطريقة معينة • فهو لا يستطيع أن يتصرف عشوائيا ليؤمن اشباعاته • فلا بد أن يتصرف بطرق ووسائل تدخل في اطار القانون والتقاليد والأخلاق السائدة في مجتمعه • كما أن الشخصية السوية تعنى أن الضمير — الأخلاقيات والقيم التي اكتسبها الشخص من خلال عملية التطبيع الاجتماعي — يجب أن ينظر اليه بعين الاعتبار أثناء البحث عن الاشباع (١٣) •

ثالثا : يرى بعض علماء النفس — نخس منهم بالذكر « مازلو » و « فروم » — أن بعض الحاجات عالمية أو مستقلة عن الثقافة ، وأنه يجب على بنى الانسان أن تكون لديهم اشباعات معينة ما داموا انسانين ، وألا يعملوا على مستوى الفعل المنعكس أو الغريزة ، والا فانهم يتجردون من الانسانية أو يصبحون غير أسوياء •

ويؤكد « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بالانتماء لأخيه الانسان ، وبالأحاساس بالقدرة على الأبداع والابتكار ، وأن يكون سيد الطبيعة وليس ضحية مستسلمة مناصرة ، وبالأحاساس بالانتماء للجماعة والشعور بالأخوة لكل بنى الانسان ، وبالأحاساس بالذاتية أى الشعور بالاستقلال الذاتى ، وأخيرا يحتاج الانسان الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية تعنى معنى واتجاها لحياته (١٤) •

وبدل رأى « فروم » على أنه اذا لم يحقق الانسان نوعا من الاشباع للحاجات التي ذكرها — بصرف النظر عن الثقافة أو المجتمع الذى يعيش فيه — فانه سيكون أقل انسانية ، ويصبح غير سوى • ولقد كان « مازلو » واضحا بدرجة كبيرة ، حيث أكد أن الانسان يجب أن يشعر بتتابع الاشباع لحاجاته الأساسية قبل أن يستطيع

(١٣) حسن الفتى ، وسيد خير الله (ترجمة) : الشخصية بين الصحة والمرضى ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢٢ — ٢٣ •

(١٤) Fromm, E.; The Sane Society. New York : Rinehart, 1955, p.p. 30 - 66.

تطوير شخصيته • وما لم يجد الشخص اشباعا للأمن والحب والتقدير — بصرف النظر عن الزمان والمكان — فانه سيفشل فى تحقيق التطور الكامل (١٥) •

● الشخصية السوية فى القرآن :

لقد جاء فى القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان عن غيره من المخلوقات • وجاء فيه أيضا وصف لبعض الأنماط أو النماذج العامة للشخصية الانسانية التى تتميز ببعض الخصائص الرئيسية ، وهى أنماط عامة وشائعة نكاد نراها اليوم فى مجتمعا ، وفى جميع المجتمعات الانسانية عامة • ونجد فى القرآن أيضا وصفا للشخصية السوية ، والشخصية غير السوية ، ووصفا للعوامل المكونة لكل من السواء وعدم السواء فى الشخصية • ويشير القرآن أيضا إلى الصراع بين الجانبين المادى والروحي فى الانسان • • ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى الذى وضعه الخالق سبحانه للانسان فى هذه الحياة • فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحي فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التناسق والتوازن ، فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة (١٦) • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » •

(المنافقون ٩)

● « قد أفلح من تزكى • وذكر اسم ربه فصلى • بل تؤثر الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • (الأعلى : ١٤ — ١٧)

Maslow, A.; Motivation and Personality. New York: (١٥)
Harper, 1954, 12.

(١٦) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس . القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ١٩٩ — ٢٠٦ •

ولقد شاعت رحمة الله تعالى وحكمته أن يمد الانسان بكافّة
الامكانات اللازمة لحل الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ،
بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما
أمدّه سبحانه بحرية الارادة والاختيار حتى يستطيع أن يبت فى أمر
هذا الصراع • قال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • (البلد : ١٠)

● « إنا هديناه السبيل إما شاكرا وإما كفورا » •

(الانسان : ٣)

● « ونفس وما سواها • فآلهمها فجورها وتقواها • قد أفلح
من زكّاها • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ — ١٠)

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى
فعلينا » • (الأنعام : ١٠٤)

● « وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر » •
(الكهف : ٢٩)

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام
للعبيد » • (فصلت : ٤٦)

● « كل نفس بما كسبت رهينة » • (المدثر : ٣٨)

وإذا أخلص الانسان فى تقربه لله تعالى بالعبادات والأعمال
الصالحة ، وتحكم فى أهوائه وشهواته ، بما يحقق التوازن بين مطالبه
البدنية والروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال
الانسانى ، وهى المرتبة التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان
وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » •

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية •
فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • (الفجر : ٢٧ — ٣٠)

● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ - أصبح الانسان الآن فى حاجة ماسة الى فهم شخصيته ، نظرا لما بلغه من التقدم العلمى ، والفشل فى تنمية المهارات الملائمة فى المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية . ويبدأ الانسان التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه . . حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة ملحة الى فهم ذاته .

وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية .

٢ - هناك عدة تعاريف للشخصية منها :

(أ) أن الشخصية هى ذلك التنظيم الديناميكي فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة .

(ب) الشخصية هى تلك التى تمكنا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وأنها تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو مختفيا .

(ج) الشخصية هى ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو فى العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تميزا واضحا .

(د) الشخصية هى ذلك التنظيم التكاملى الديناميكي الذى يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية ومؤثرات البيئة .

(هـ) الشخصية هي ذلك المهوم الذى يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم التى تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية •

٣ — يتعذر وصف الشخصية السوية فى كليتها ، وهناك نماذج تعطى بعض الأوصاف للشخصية السوية •• فقد قدم « مازلو » نظريته فى الدوافع الانسانية التى تنترض أن الحاجات تنتظم متدرجة حسب الأهمية والقوة ويحاول الفرد اشباعها ، كما قدم نموذجا للسمات المميزة للشخصية السوية • والنموذج الثانى يوضح ما يجب أن يكون عليه الشخص السوى من حيث شعوره بالاشباع وضرورة حصوله على وسيلة مناسبة للاشباع تتفق مع التقاليد والقيم السائدة فى المجتمع • ويرى « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بأخيه الانسان وبالجماعة التى ينتمى اليها وبقدرته على الخلق والابداع والاحساس بالذاتية وحاجته الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية •

* * *

الفصل الثاني

إطار نظري لدراسة الشخصية

• مدخل :

يمكن تعريف النظرية بأنها وسيلة منطقية لتنسيق البيانات التجريبية بطريقة منظمة ، وأنها خلاصة المبادئ والفروض البناءة للتفاعل الذي يستهدف ربط المثير والاستجابة الخاصة بالكائن الحي . وعلى هذا الأساس والمفهوم الشامل للنظرية يمكن القول بأن لدينا نظريات للتعليم والادراك والدوافع ، الخ . ويتضمن تعبير « نظرية للشخصية » أو « أو إطار نظري للشخصية » أن الشخصية هي حدث في الطبيعة ، وظاهرة قابلة للملاحظة التي يمكن أن يتفق عليها الملاحظون الأكفاء . ولا يعنى هذا القول أن جميع الملاحظين يتفقون على أبعاد الشخصية ومتغيراتها أكثر مما يتفقون على المتغيرات المتضمنة والمكونات التي ينبغى أن يشتمل عليها الإطار النظري . فانهم — والحالة هذه — يبدون اتفاقا معقولا بخصوص تعاريف اجرائية محددة للملاحظات ، مما يمكن تصنيفه تحت مفهوم « الشخصية » (١) .

ومن هنا يبدو من المعقول القول بأن الإطار النظري للشخصية يجب أن يقدم لنا بعض المفاهيم الخاصة بالأحداث بأكملها ، بالإضافة الى الأجزاء المكونة لها أو العمليات التي تتضمنها . وعلى هذا الأساس يمكن أن نقول ان « نظريات الشخصية » تتكون من تلك النظريات التي تقدم لنا تكويناً منطقياً للشخصية بأكملها فى إطار حدود واضحة تميزها عن أى أحداث أخرى . ويعنى هذا أن كل شخصية فريدة فى الوقت

(١) Wolman, B. (ed) ; **Hanbook of Clinical Psychology.**

New York : McGraw - Hill, 1965 . p.p. 277 - 280.

والمدى ، وأن لها منطقة من التفاعل مع البيئة محددة إجرائيا ، ونواة غير متغيرة نسبيا أو تتغير ببطء •

وينبغي أن تقدم لنا نظريات الشخصية قاعدة للتفاعل القائم بين الفرد وبيئته • ففي مستوى الشخصية نعنى بتوضيح تأثير كل ما يحيط بالفرد فى اطار بيئته واستجاباته التى تعمل على تعديل البيئة ، وهنا تبرز أهمية نظريات التعلم والادراك • وتتعامل النظرية الجيدة للشخصية مع الاختلافات الداخلية للكائن الحى ، وتقدم لنا المبادئ التى تساعد على فهم التفاعل القائم فيما بين الجوانب المختلفة فى الشخصية • وقد استخدم علماء النفس عدة مفاهيم ومصطلحات كمعايير لتقويم نظريات الشخصية كالعادات والسمات والمجال وغيرها •

● وجهات النظر المختلفة فى دراسة الشخصية :

ان نظريات الشخصية — فى الواقع — هى نتاج القرن العشرين، إلا أن جذورها تمتد من أغوار تاريخ الفكر الانسانى • ولقد بذلت محاولات لتجميع هذا الفكر فى مراجع عربية • ويصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية فيما يأتى :

- ١ — نظرية الأنماط أو الطراز •
- ٢ — نظرية السمات •
- ٣ — نظرية العوامل •
- ٤ — نظرية التحليل النفسى •
- ٥ — نظرية المثير والاستجابة •
- ٦ — نظرية الذات •

كما يصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية فى الآتى :

أولا — نظريات الأطر المرجعية ، وتتضمن :

- ١ — نظرية السمات والأنماط •
- ٢ — نظرية التعلم بالترابط •
- ٣ — النظرية الفينومينولوجية •

ثانياً - نظرية فرويد فى الشخصية •
ثالثاً - نظريات الفرويديون الجدد فى الشخصية •
وقد استفاد المؤلف الى أقصى حد من هذه المحاولات الهادفة ،
بالإضافة الى المراجع الأخرى - التى سيرد ذكرها فى حينه - ثم خرج
بالتصنيف الآتى لدراسة الشخصية على أساس المدارس الفكرية
المختلفة :

- ١ - المدرسة الكلية •
 - ٢ - المدرسة الكلية البيولوجية •
 - ٣ - مدرسة انتحاييل النفسى (فرويد) •
 - ٤ - الفرويديون المحدثون •
 - ٥ - نظرية التعلم •
 - ٦ - نظرية الذات •
- وفيما يلى عرض لخلاصة هذه الآراء •

أولاً - المدرسة الكلية :

يستخدم مصطلح « الكلية » بمفهوم الجشطلت أو « الكلية
الجشطلتية » • وهى تعنى بصفة عامة أن دراسة الأجزاء أو المكونات
لا تشرح الكل أو الشئ بأكمله ، لأن الكل شئ مختلف عن مجرد تجميع
أجزائه • ولقد استخدمت فكرة الكلية على مدى واسع فى دراسة
الانسان ، فهناك علوم كثيرة ترتبط بالانسان ولكن ليس هناك علم بذاته
للانسان • فعلم وظائف الأعضاء وعلم النفس وعلم الاجتماع يدرس
كل منها جانباً معيناً من جوانب الحياة الانسانية ، ولكن لا يوجد فى
الوقت الحاضر علم واحد لدراسة الانسان بطريقة كلية • ومن وجهة
النظر الكلية فان الانسان أكثر من مجرد تجميع لعدة وظائف فسيولوجية
وسيكولوجية واجتماعية ، فالشخص بأكمله له خواص وصفات ليس من
الميسور شرحها من مجرد فهم خواص الأجزاء المكونة له ، ومن رواد
هذه المدرسة الفكرية « ليفين » و « ألبورت » و « كاتل » •

ويعتبر « ليفين » من أكثر الشخصيات نبوغاً فى علم النفس
المعاصر • ويمثل ليفين بصفة خاصة تطبيق نظرية المجال فى جميع فروع

علم النفس وخاصة « علم النفس الجشططى » • والفكرة الأساسية
فى علم النفس الجشططى هى « أن الطريقة التى يتم بها ادراك موضوع
ما يحددها السياق أو الصياغة الكلية التى يوجد فيها الموضوع •
ويمكن تلخيص السمات الأساسية لنظرية المجال عند ليفين فى النقاط
الآتية (٢) :

١ — السلوك هو وظيفة المجال الموجود فى الوقت الذى يحدث
فيه السلوك •

٢ — يبدأ التحليل بالموقف ككل ، ومن الموقف الكلى تتمايز
الأجزاء المكونة له •

٣ — يمكن تمثيل الشخص الفعلى والموقف الفعلى رياضيا •
ويؤكد ليفين كذلك أهمية القوى التى تسهم فى تحديد السلوك ،
ويعرب عن تفضيله للوصف انسيكولوجى للمجال على الوصف الفيزيائى •
ويعرف المجال بأنه « جماع الوقائع الموجودة معا والتى تدرك على أنها
تعتمد بعضها على البعض الآخر •

نادى « ألبورت » (٣) بنظرية « السمات » وعرف « السمة »
بأنها « نظام عصبى مركزى عام — خاص بالفرد — يعمل على جعل
المثيرات المتعددة متساوية من السلوك التكيفى والتعبيرى » • فكان
السمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد
نوعه وكيفيته •

والفكرة البارزة التى تتضمنها نظرية السمات عموما هى محاولة
تفسير السلوك الظاهرى ، عن طريق افتراض وجود « استعدادات »
معينة عند الكائن الحى ، وهذه الاستعدادات هى المسئولة كذلك عن
الثبات الذى نلاحظه ظاهريا على سلوك الفرد •

فنظرية السمات اذن تتضمن فكرتين أساسيتين : الأولى هى فكرة
وجود استعداد مستقل عن الظروف الخارجية ، والثانية هى فكرة الثبات

(٢) Lewin, K.; *Field Theory in Social Science*. New York : Harper, 1951. p. 240 .

(٣) Allport, G.; *Personality : A Psychological Interpretation*. New York : Holt, 1937, p. 295.

فى السلوك الفردى • والفكرتان مرتبطتان ببعضهما البعض الآخر ارتباطا كبيرا •

والى جانب ذلك ، يرى « ألبورت » أن السمات تنتظم فيما بينها ، بحيث يمكن ترتيبها فى مدرج هرمى تسوده اما سمة واحدة « رئيسية » (Cardial) أو عدة سمات « مركزية » (Central) ويلي ذلك مجموعة من

السمات « الثانوية » (Secondary) فهناك من الأفراد مثلا من يبرز عن غيره لأن سمة معينة « رئيسية » تسيطر على سلوكه ، ويصبح مثل هؤلاء الناس « نموذجا » نصف الآخرين بالاشارة اليه • والقليل من الأفراد هم الذين تسيطر على سلوكهم سمة واحدة كبرى ، فى حين أن الكثيرين تسيطر على تشكيل سلوكهم مجموعة من السمات • هذا الى جانب أن كل فرد يتمتع بسمات « ثانوية » أو صغرى تثيرها مجموعة من المثيرات ضيقة الحيز ، وتنتج عن اثارها مجموعة ضيقة الحيز من الاستجابات المكافئة ، ويميل « ألبورت » الى أن يسمى هذه السمات الثانوية « بالاتجاهات » (٤) •

وتتميز نظرية « السمات » بأنها تسمح بالقياس والتجريب كما تسمح بالملاحظة والوصف ، اذ تعبر كل سمة عن بعد ، ويمكن قياس هذا البعد واعطاؤه درجات مختلفة • وعلى هذا الأساس يمكن قياس الشخصية على عدد من المقاييس والأبعاد ، مما يساعد فى النهاية على وضع « تخطيط نفسى » (بروفيل) للشخصية (٥) •

● كاتل « Cattell » :

كان التحليل العاملى لديه بمثابة الأداة المعاونة التى يستخدمها لالقاء الضوء على مختلف المشكلات • وتمثل نظريته أكثر المحاولات

Allport, G.; *Becoming : Basic Considerations For* (٤)
a Science of Personality. New Haven, Conn. : Yale Univ. Press,
1955 .

Allport, G.; *Patterns and Growth of Personality*. (٥)
New York, Holt, 1961.

شمولا لجمع وتنظيم النتائج الرئيسية لدراسات التحليل العاظمى المدققة للشخصية • وهو يبدى أيضا اهتماما كبيرا بالنتائج التى توصل اليها الباحثون الذين استخدموا طرقا مختلفة فى الدراسة ، على الرغم من أن موقفه يتركز حول نتائج التحليل العاظمى ، حيث يستخلص المتغيرات التى يعتبرها أكثر أهمية فى تفسير السلوك الانسانى • وهو يماثل « ألبورت » من حيث موقفه الذى يعتبر بمثابة « نظرية سمات » وقد طور عددا من الأدوات الخاصة بقياس الشخصية ، وكان لديه الكثير من الآراء الخاصة بنقد وتقويم المقاييس المستخدمة للشخصية (٦) •

ويرى « كاتل » أن الشخصية « هى تلك التى تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين • وعلى ذلك فان هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة •• ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا » (٧) • ومن الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة للذين يحدثان فى الدراسة التجريبية العادية • فهو مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطار الكامل للكائن الحى النفعال •

ويتفق « كاتل » مع « ألبورت » فى اعتبار أن هناك « سمات مشتركة » يتسم بها الأفراد جميعا ، أو على الأقل جميع الأفراد الذين يشتركون فى خبرات اجتماعية معينة • وبالإضافة الى ذلك ، فهو يوافق على أن هناك « سمات فريدة » لا تتوافر الا عند فرد معين ، ولا يمكن أن توجد لدى أى شخص آخر على هذه الصورة تماما •

(٦) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥٠٨ — ٥٠٩ .

Cattell, R.; Personality : A Systematic, Theoretical, (٧) and Factual Study. New York : Mc Graw - Hill, 1950, p. 302.

ويمضى خطوة أبعد فيقترح تقسيم السمات الفريدة الى سمات « فريدة نسبيا » وسمات « فريدة جوهريا » ، بحيث تستمد الأولى تفردا من فروق طفيفة فى ترتيب العناصر التى تكون السمة ، فى حين يتسم الفرد فى الأخيرة بسمة مختلفة أصلا ولا يتسم بها أى شخص آخر (٨) .

ومن النقاط الرئيسية فى وجهة نظر « كاتل » تمييزه بين « سمات السطح » (Surface Traits) التى تمثل تجمعات من المتغيرات الواضحة أو الظاهرة التى تبدو متلازمة ، وبين « سمات المصدر » (Source Traits) التى تمثل المتغيرات الكامنة التى تتدخل فى تحديد مظاهر السطح المتعددة ، وتعد السمات السطحية نتيجة للتفاعل بين سمات المصدر . ومن الواضح أن أى سمة مفردة قد تمثل نتاج فعل العوامل البيئية أو العوامل الوراثية أو مزيج منهما معا . ويرى كاتل أنه بالإضافة الى أن سمات السطح ينبغى أن تمثل نتاج تلك العوامل المختلطة ، فإنه يبدو ممكنا على الأقل أن تنقسم سمات المصدر الى تلك العوامل التى تعكس ظروفًا بيئية وتلك التى تعكس الوراثة أو العوامل التكوينية . وتسمى السمات التى تنتج عن فعل الظروف البيئية « بالسمات البيئية التشكيل » ، أما تلك التى تعكس العوامل الوراثية فتسمى « بالسمات التكوينية » (٩) .

ويؤكد « كاتل » من خلال البحوث التى قام بها أنه قد تم تحديد ١٤ أو ١٥ سمة مصدر ببعض الدرجة من الثقة ، ولكن ٦ سمات منها فقط قد تكرر تأكيدها وعدم قابليتها للخطأ ، وكانت تلك السمات هى : المزاج شبه الدورى (Cyclothymia) مقابل المزاج شبه الفصامى (Schizothymia) ، والقدرة العقلية العامة مقابل الضعف العقلى ،

(٨) فرج احمد فرج ، قدرى حنفى ، لطفى نظيم (ترجمة) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥١٢ .

(٩) Cattell, R.; Personality : A Systematic , Theoretical. and Factual Study . New York : McGraw. Hill, 1950, p.p. 33 - 34 .

والاندفاع الصاحب (Syrgency) مقابل التردد القلق (Gesurgency)
والمزاج شبه الدورى المضطرب (Adventurous Cyclothymia)
مقابل الفصام المنزوى ، والعقل المطيع المتحضر مقابل الطبع الخشن ،
وعدم الاكتراث البوهيمى مقابل الاستعمالية التقليدية^(١٠) .

ويقدم « كاتل » بالإضافة الى سمات المصدر التى يستنبطها من
مصادر سجل الحياة ، قوائم للمقارنة تتضمن السمات المستخلصة من
نتائج التقديرات الذاتية والاختبارات الموضوعية . وتعطى قوائم
السمات هذه أرقاما رمزية تسمح بالمقارنة الفورية مع السمات
المستخرجة من المصادر الأخرى . وقد تمكن « كاتل » نتيجة لبحوثه
من تقديم عدد من الاختبارات الموضوعية للشخصية لقياس سمات
المصدر الرئيسية^(١١) .

* * *

ثانيا - المدرسة الكلية البيولوجية (العضوية) :

منذ قسم « ديكارت » فى القرن السابع عشر الشخص الى
كيانين منفصلين وان كانا متفاعلين ، هما الجسم والعقل ، ومنذ امثال
« فونت » فى القرن التاسع عشر لتقاليد هذا التقسيم ، ففتت العقل
وأرجعه الى جزئيات أولية من الأحاسيس والمشاعر والصور ، منذ
ذلك الوقت والمحاولات تبذل من آن لآخر للجمع بين الجسم والعقل
معا مرة أخرى ، ومعاملة الكائن ككل منتظم موحد . ومن بين المحاولات
الجديرة بالذكر والتى جذبت أتباعا كثيرين فى السنوات الأخيرة وجهة
النظر المعروفة « النظرية العضوية » (Organismic) أو « الكلية »
(Holistic) . وقد عبرت هذه النظرة عن نفسها فى البيولوجيا

Cattell, R.; Ibid., p. 57.

(١٠)

Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors (١١)

Discovered on Objective Personality Tests » . J. Abuor. Soc .
Psychol., 1955, p. 50, 291 - 314.

النفسية (Roychobiology) وفى الاتجاه الطبى الحديث المسمى بالاتجاه « السيكوسوماتى » •

ويمكن أن نلخص السمات الرئيسية للنظرية العضوية من حيث صلتها بسلوكية الشخصية فيما يلى (١٢) :

١ - تؤكد النظرية العضوية وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها • ان التنظيم هو الحالة الطبيعية للكائن العضوى ، أما اختلال هذا التنظيم فشئ مرضى وعادة ما تؤدى اليه بيئة قاسية أو مهددة •

٢ - تبدأ النظرية العضوية بالكائن العضوى كنسق منظم ، ومنه تشرع فى تحليله بايجاد الأجزاء التى تتميز داخل الكل والتى يتكون منها هذا الكل • ولا يحدث أن ينتزع جزء من هذه الأجزاء من الكل الذى ينتمى اليه ويدرس ككيان منفصل ، بل ينظر اليه دائما من حيث خاصيته كعضو فى الكيان العضوى الكلى • ويؤمن أصحاب النظرية العضوية باستحالة فهم الكل عن طريق دراسة أجزاء وقطاعات منفصلة ، اذ أن الكل يؤدى وظائفه وفقا لقوانين لا يمكن استخلاصها من الأجزاء •

٣ - تفترض النظرية العضوية أن الفرد يحركه دافع واحد رئيسى وليس مجموعة من الدوافع • ويطلق « جولدشتين » على هذه القوة الدافعة الرئيسية ، اسم « تحقيق الذات » (self - Realization, Self - actualization) ويعنى بها أن الانسان يحاول دائما تحقيق امكانياته الأصيلة أو الكامنة بكل ما يحتاج اليه من وسائل ، وهذا ما يحدد حياة الانسان اتجاهها ويمنحها وحدتها •

٤ - على الرغم من أن النظرية العضوية لا تنظر الى الفرد باعتباره نظاما مغلقا ، فانها تميل الى التقليل من التأثير الأولى والتوجيهى

(١٢) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٣٩١ - ٣٩٢

البيئة الخارجية على التطور السوى ، والى تأكيد الامكانيات الكامنة — أو الداخلية — عند الكائن العضوى لاستمرار النمو والتطور • ان الكائن العضوى يختار من البيئة تلك السمات التى سيستجيب لها ، ولا تستطيع البيئة — الا فى ظروف نادرة وغير عادية — أن تفرض على الشخص سلوكا يتنافى مع طبيعته • واذا لم يستطع الكائن العضوى أن يتحكم فى البيئة ، فانه يحاول أن يتكيف معها • وبصفة عامة ترى النظرية العضوية أنه اذا أتيحت لامكانيات الكائن العضوى الفرصة لتتفتح بطريقة منظمة ، بفضل بيئة ملائمة ، فان ذلك سوف يؤدي الى ظهور شخصية سوية متكاملة ، وان كان فى مقدور قوى البيئة الخبيثة أن تدمر الشخص أو تسبب قصوره وانحرافه فى أية لحظة • وليس ثمة ما هو « خبيث » فى داخل الفرد ، وانما هو يصبح خبيثا بسبب بيئة غير صالحة • وفى هذا الصدد تتفق النظرية العضوية فى الكثير مع آراء الفيلسوف الفرنسى جان جاك روسو ، الذى كان يعتقد أن الانسان الطبيعى خير ، الا أنه كثيرا ما يصبح منحرفا بسبب بيئة لا تتيح للانسان الفرصة ليسلك وينمو بما يتفق وطبيعته •

• — ترى النظرية العضوية أن هناك الكثير الذى يمكن تعلمه عن طريق الدراسة الشاملة لشخص واحد ، بالقياس الى الدراسة الممتدة لوظيفة سيكولوجية منفصلة تستخلص من عدد كبير من الأفراد • ولهذا السبب نجد أن النظرية العضوية غالبا ما تكون أكثر انتشارا بين الاخصائيين النفسيين الاكلينيكيين الذين يهتمون بالشكل ككل ، بالمقارنة بالاخصائيين النفسيين التجريبيين الذين يهتمون أساسا بعمليات أو وظائف، منفصلة كالادراك أو التفكير أو التذكر أو التعلم •

ومن أبرز أنصار النظرية العضوية « جولدشتين » أخصائى الأعصاب والطب النفسى الألمانى • ولقد كان للملاحظات ودراساته للجنود المصابين بإصابات مخية فى أثناء الحرب العالمية الأولى أكبر الأثر فيما وصل اليه من نتائج مؤداها أن أى عرض خاص يظهر على المريض لا يمكن فهمه بوصفه مجرد نتيجة إصابة عضوية معينة أو مرض ، بل يجب النظر اليه بوصفه تعبيرا عن الكائن بأكمله • فالكائن العضوى

يسلك دائما ككل موحد ، وليس مجرد أجزاء متميزة • ان العقل والجسم ليسا كيانين منفصلين ، كما أن العقل لا يتكون من ملكات أو عناصر مستقلة ، وكذلك الجسم لا يتكون من أعضاء وعمليات مستقلة ان الكائن العضوى وحدة متكاملة وما يحدث للجزء يؤثر فى الكل • فالأخصائى النفسى يدرس الكائن العضوى من منظور واحد ، وأخصائى وظائف الأعضاء يدرسه من منظور آخر ، الا أن كلا الفرعين من فروع العلم عليهما أن يتعاونوا داخل اطار النظرية العضوية ، لأن أية واقعة سواء أكانت نفسية أو عضوية تقع داخل نطاق الكائن العضوى الكلى ، الا اذا عزلت عزلا مصطنعا عن هذا السياق • ان قوانين الكل تحكم أداء هذه الأجزاء المتميزة من الكل لوظائفها •

والتنظيم الأولى لوظائف الكائن العضوى — كما يراه جولدشتين — يتكون من الشكل والأرضية • فالشكل هو أى عملية تبرز وتتمايز خارجة على أرضية بما يشغل مركز الوعي الانتباهى • فمثلا ، عندما ينظر شخص الى شئ ما بالحجرة ، يصبح ادراك هذا الشئ هو الشكل فى مقابل أرضية هى بقية الحجرة • ومن حيث العمل ، فالشكل هو النشاط المستمر للكائن العضوى • فعندما ينشغل الفرد بقراءة كتاب ، تصبح القراءة هى الشكل الذى يبرز متميزا عن غيره من ضروب النشاط الأخرى ، كعبث الشخص بشعره أو سماعه لطنين الأصوات المنبعثة من حجرة أخرى • ان الشكل يتميز بحدود محددة أو محيط يفصله عما حوله • أما الأرضية فمستمرة ، أنها أشبه بالسجادة يوضع فوقها شئ ما أو السماء ترى على صفحتها طائرة •

وعندما نتساءل : ما الذى يجعل الشكل يبرز من الأرضية الكلية للكائن العضوى نجد أن الذى يحدده هو العمل الذى تقتضيه طبيعة الكائن العضوى فى هذا الوقت • فمثلا عندما يكون العمل الذى يواجه الكائن العضوى الجائع هو الحصول على الطعام ، فان أى عملية تساعد للحصول على الطعام ترتفع الى مستوى الشكل • وقد تكون هذه العملية تذكر المكان الموجود فيه الطعام أو أى نشاط يؤدي الى الحصول على الطعام • ولكن لو أن الكائن العضوى تغير ، كأن يصبح (٣ — الشخصية السوية)

الشخص الجائع خائفا مثلا ، فان عملية جديدة تظهر كشكل يتناسب مع متطلبات مواجهة الخوف • ومن هنا تظهر أشكال جديدة بتغير متطلبات الكائن العضوى وأعبائه •

ان المفاهيم الدينامية الأساسية التى قدمها جولدشتين هي (١٢) :
١ — عملية التعادل (Equalization) أو مركزة الكائن الحى •

٢ — تحقيق الذات (Self - Actualization)

٣ — الالتقاء بالبيئة أو الاتفاق معها (Coming to Terms)

التعادل : يفترض جولدشتين وجود قدر من الطاقة الثابتة نسبيا يميل الى التوزيع بالتساوى داخل الكائن الحى • وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوى يمثل الحالة « المتوسطة » للتوتر داخل الكائن ، والى هذه الحالة المتوسطة يعود الكائن الحى دائما أو يحاول العودة عقب التنبيه الذى يغير من التوتر • وهذه العودة الى الحالة « المتوسطة » هي عملية التعادل • ومن أمثلة التعادل تناول الطعام عند الجوع ، والراحة عند التعب ، واسترخاء أعضاء الجسم عندما تتقلص • ان هدف الشخص السوى ليس تفريغ التوتر وانما معادلته ، ويمثل المستوى الذى يصبح التوتر عنده متساويا « تركز » الكائن الحى • وهذا التركز يمكن الكائن الحى من أداء عمله بأكبر كفاءة فى مواجهة البيئة وفى تحقيق ذاته فى أنشطة تالية على— حسب طبيعته • ويوضح مبدأ التعادل ثبات السلوك وانتظامه بالرغم من المنبهات المثيرة للاضطراب • ولا يعتقد جولدشتين أن مصادر الاضطراب هي أساسا من داخل الكائن العضوى ، الا فى ظروف شاذة وعصبية من شأنها أن تؤدى الى العزلة والصراع الداخلى • أما فى البيئة المناسبة فان الكائن العضوى يستطيع دائما أن يظل متوازنا الى حد معقول • واعادة توزيع الطاقة وانعدام التوازن فى النظام ينتج عن تدخل البيئة ، وأحيانا من صراع داخلى • ونتيجة

Goldstein, K.; **The Organism**. New York: American (١٣)

Book, 1939 .

للنضج والخبرة تنمو لدى الشخص طرق مفضلة في السلوك توقف التدخلات والصراعات عند أدنى حد ممكن ، وتبقى على توازن الكائن العضوى ، فتصبح حياة الفرد أكثر تمركزاً وأقل تعرضاً للتغيرات العارضة في العالم الخارجى والداخلى ، مع تقدمه فى السن •

تحقيق الذات : هذا هو الدافع الرئيسى الوحيد لدى الكائن العضوى ، من وجهة نظر جولدشتين • أما ما يبدو أنه محركات أو مثيرات مختلفة كالجوع والجنس والقوة والانجاز والميل الى الاستطلاع فليست سوى مظاهر لغرض أسمى للحياة ، وهو تحقيق المرء لذاته • فعندما يتطلع المرء الى القوة فإنه يحقق ذاته بامتلاك القوة ، ويحتل اشباع أية حاجة نوعية المقام الأول عندما تكون شرطاً لتحقيق الذات لكائن العضوى بأكمله • فتحقيق الذات هو الاتجاه الخلاق فى الطبيعة الانسانية ، انه المبدأ العضوى الذى به يصبح نمو الكائن الحى أكثر تحقّقاً واكتمالاً • فالشخص الجاهل الذى يرغب فى المعرفة يحس بفراغ داخلى ، ويلزمه احساس داخلى بعدم الاكتمال • وعن طريق القراءة والدراسة والاطلاع تتحقق رغبته فى المعرفة ويختفى الشعور بالفراغ • فلقد خلق شخص جديد ، حلت المعرفة لديه محل الجهل • فلقد أصبحت رغبته حقيقة • وأى حاجة هى حالة نقص أو افتقار تحرك الشخص الى التخلص من هذا النقص • وهذا التخلص أو الاشباع للحاجة هو المقصود بتحقيق الذات •

الالتقاء بالبيئة والاتفاق معها : على الرغم من أن جولدشتين صاحب نظرية عضوية يؤكد المحددات الداخلية للسلوك ومبدأ أن الكائن العضوى يجد البيئة التى هى أكثر ملاءمة لتحقيق ذاته ، فإنه لا يأخذ المبدأ المتطرف الذى يرى الكائن العضوى محصناً ضد ما يدور فى العالم من أحداث • فهو يعترف بأهمية العالم الموضوعى كمصدر للاضطراب الذى يجب على الفرد مواجهته ، وكمصدر للاحتياجات التى يحقق من خلالها الكائن العضوى غايته وأهدافه فى ذات الوقت • أى أن هناك تفاعل بين الكائن العضوى والبيئة •

وعلى الكائن الحى أن يعمل على التوافق مع البيئة لسببين ، فهى

تمده بالوسائل التى تمكنه من تحقيق ذاته ، كما أنها تحتوى على العوائق والعقبات فى شكل تهديدات وضغوط تعوق تحقيق الذات • وقد يكون تهديد البيئة أحيانا من الشدة بحيث يتجمد سلوك الشخص ويصبح عاجزا عن احراز أى تقدم نحو الهدف •

ويذكر جولدشتين أن الشخص السوى المتكامل هو ذلك الذى ينشط لديه الميل الى تحقيق الذات من الداخل ويتغلب على الاضطراب الناشئ من الاصطدام بالعالم ، ليس تجنباً للقلق بل استمئاعاً بهذا الانتصار • ان هذا القول يوحى بأن التوافق مع البيئة يقوم أساسا على السيطرة عليها • واذا لم يكن ذلك ممكنا فان على الشخص تقبل الصعوبات وأن يكيف نفسه بقدر ما يمكن لحقائق العالم الخارجى الواقعية • فاذا كان التناقض بين أهداف الكائن العضوى وحقائق البيئة كبيرا للغاية فاما أن ينهار الكائن العضوى أو يتنازل عن بعض من أهدافه أو يعدلها محاولا تحقيق ذاته على مستوى أدنى •

وتتلخص استراتيجية جولدشتين فى التوجيهات التالية للباحث الذى يرغب فى القيام ببحث على طريقة النظرية العضوية (١٤) :

١ - ادرس الشخص بأكمله •

٢ - قم بدراسات متعمقة الحالات الفردية باستخدام الاختبارات والملاحظة والاستبصارات فى ظروف طبيعية ، ولا تعتمد على نوع واحد من الأدلة •

٣ - حاول أن تفهم سلوك الشخص فى اطار من مبادئ مثل تحقيق الذات ، والتوافق مع البيئة ، وليس بوصفها استجابات نوعية لمنبهات نوعية •

٤ - استخدم المناهج الكمية والكيفية معا فى جمع المادة وتحليلها •

٥ - لا تستخدم الضوابط التجريبية والظروف المقننة التى تدمر تكامل الكائن العضوى وتجعل السلوك مصطنعا وغير طبيعى •

٦ - ليكن واضحا فى الذهن دائما أن الكائن العضوى بناء مركب
وأن سلوكه نتاج شبكة متسعة من المجتمعات •

● مازلو « Maslow »

يعتقد مازلو بضرورة الايمان القوى بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، له هيكل من البناء السيكلوجى يمكن تناوله ومناقشته بصورة مماثلة لتناولنا لبنائه الفيزيقي ، ان له حاجات وقدرات وميولا لها أساسها التكويني ، بعضها يميز الجنس البشرى بأسره ، والبعض الآخر خاص بكل فرد على حدة ومقصود عليه وحده ، وهذه الحاجات اما خيرة أو محايدة ولكنها ليست شريرة • ويتضمن ذلك تصورنا أن النمو الكامل السوى المنشود يقوم على تحقيق هذه الطبيعة واثباع هذه الحاجات وفى النمو فى اتجاه النضج ، فى الاتجاه الذى تحدده هذه الطبيعة الجوهرية الخفية والتى تبدو بغير وضوح والتى تنمو من الداخل • وهذه الطبيعة الداخلية ليست قوية منزهة عن الخطأ ، بل انها ضعيفة هشة بحيث يسهل على العادات والضغط الثقافى والاتجاهات الخاطئة أن تقهرها • ولكن بالرغم من ضعفها فانها لا تختفى لدى الشخص السوى ، وربما حتى لدى الشخص العصاى ، انها تبقى كامنة وان أنكرها صاحبها • ويقدم مازلو فى هذا المجال عددا من الفروض الهامة المتعلقة بالطبيعة الانسانية •• ان للانسان طبيعة فطرية خيرة فى جوهرها ، ولا تكون شريرة على الاطلاق • وهذا تصور ذهنى جديد ، اذ أن الكثيرين من أصحاب النظريات يفترضون أن الغرائز شريرة ، وأنه يجب ترويضها بالتدريب والتنشئة الاجتماعية (١٥) •

ويعتقد مازلو أنه اذا اقتصرنا دراسة الأخصائين النفسين على العجزة والعصاين ومختلفى النمو ، فانهم بالضرورة سيقدمون علما عاجزا • ولكى يمكن نمو علم انسانى أكثر اكتمالا وشمولا يتحتم على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكانياتهم الى أقصى مداها • وهذا ما فعله مازلو ، فقد قام ببحث شامل عميق لجماعة من الأشخاص حققوا

ذواتهم ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، بينما كان البعض الآخر لازال على قيد الحياة وقت الدراسة كروزفلت وآينشتين وغيرهم • وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هي :

- ١ — أن لهم اتجاها واقعيا •
- ٢ — أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعي كما هم •
- ٣ — أنهم على قدر كبير من التلقائية •
- ٤ — أنهم يتركزون حول المشاكل بدلا من أن يتركزوا حول أنفسهم •
- ٥ — أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية •
- ٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتي والاستقلال عن الآخرين •
- ٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة •
- ٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة دون أن تكون بالضرورة ذات طابع ديني •
- ٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية كلها •
- ١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكونون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالي عميق دون أن تكون سطحية •
- ١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ديمقراطية •
- ١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة •
- ١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفي وليست ذات طابع عدائي •
- ١٤ — أنهم مولعون الى حد كبير بالخلق والابتكار •
- ١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها (١٦) •

لقد اختلف مازلو عن سبقه بدراسة الأصحاء من الناس بدلا من المرضى . فقد اهتم جولدشتين بوصفه اخصائيا فى الطب النفسى بالتعامل مع العجزة والمضطربين وان كانت نظريته تتضمن الكائن العضوى بأسره . وتنطبق على المريض كما تنطبق على السليم . وقد اختار مازلو الطريق المباشر فدرس الأصحاء من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وتكاملها بوضوح أكثر ، وهؤلاء الذين درسهم مازلو بوصفهم أشخاصا حققوا ذواتهم هم النموذج الذى تتجسد فيه النظرية العضوية (١٧) .

ثالثا — مدرسة التحليل النفسى :

ان نظرية التحليل النفسى لا تقنع بوصف ظواهر الشخصية على النحو الذى فعلته النظريات الأخرى ، بل هى تفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة . فالشكل النهائى للتنظيم السلوكى المميز لفرد ما — أى التكوين الحال لشخصيته — هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى . ويتضمن هذا عند « فرويد » (١٨) وغيره من التحليليين الأولين ، وجود طاقة جنسية موروثة عند الفرد ، تدخل فى صراع محتوم مع المجتمع الذى يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التى يفرضها ذلك المجتمع .

ولابد لى نين ديناميات هذا الصراع وعلاقته بتكوين الشخصية أن نفهم أمورا أربعة تضمنتها نظرية التحليل النفسى :

١ — أما الأمر الأول . فهو أن الطاقة الغريزية الموروثة تتطور وتنمو فى اتجاه مرسوم محدد بالنسبة لموضوع الاشباع ، وكذلك بالنسبة للمناطق الجسمية التى تتركز فيها هذه الطاقة . وعلى أساس

(١٧) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ . ص ٤٢٦ .

Jones, E.; The Life and Works of Sigmund Freud. (١٨)
New York : Basic Books, 1957.

المرحلة التى يمر بها الطفل من هذا التطور ، يتوقف الى حد كبير المعنى النفسى للأحداث الخارجية التى تحدث له ، وبالتالي ما تثيره عنده انفعالات وما تبعثه فيه من أوهام •

٢ — والأمر الثانى الذى تتضمنه نظرية التحليل النفسى هو أن علاقة الفرد ببيئته علاقة ديناميكية ، بمعنى أن الآثار التى تلحق به فى أثناء تفاعله مع المجتمع الخارجى تؤثر فى شكل سلوكه مستقبلاً •

٣ — والأمر الثالث ، هو أن الصراع لا يقتصر على الفرد فى علاقته بالبيئة الخارجية ، بل أن الصراع الأهم هو ذلك الذى يحدث مستقبلاً بين الفرد ونفسه • ويتضمن هذا وجود قوى نفسية مختلفة ، أو أجهزة نفسية ، يدخل كل منها طرفاً من أطراف ذلك الصراع •

٤ — والأمر الرابع هو أن الصراع الذى يحدث ، سواء بين الفرد وبيئته أو بين الفرد ونفسه ، إنما يسير وفقاً لمبادئ أو قوانين ، هى التى تحدده وتحدد شكل النتائج التى يمكن أن يتمخض عنها •

ولا تكتمل نظرية التحليل النفسى لنمو الشخصية الا اذا تناولنا الشخصية من الناحية الطبوغرافية ، الى جانب الناحية الديناميكية والناحية التكوينية أو التطورية • فالفرد ، وهو الكائن البيولوجى الذى يدخل فى صراع مع البيئة باعتباره طاقة غريزية موروثه ، لا يلبث أن تنمو عنده ، نتيجة لذلك الصراع الخارجى ، باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية ، فضلاً عن كونه عملية خارجية • ويتحدث « فرويد » بهذا المعنى عن ثلاثة أجهزة للنفس هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » •

١ — و « الهو » هو ذلك القسم من النفس الذى يحوى كل ما هو موروث أو غريزى ، كما يحوى العمليات العقلية المكتوبة التى فصلتها المقاومة عن الحياة النفسية الشعورية ، ففى « الهو » اذن جزء فطرى وجزء مكتسب • وان المستوى النفسى أو الحالة العقلية « للهو » حالة لا شعورية بحتة •

٢ — أما « الأنا » فينشأ ويتطور تحت تأثير مواجهة « الهو » للعالم الخارجى ، أى كنتيجة لالتقاء القوى الغريزية بالواقع الخارجى ،

واكتساب بعض الخصائص والميزات الثانوية • ونشاط « الأنا » نشاط شعورى كالادراك الحسى الخارجى والادراك الحسى الداخلى والعمليات العقلية • ويخضع « الأنا » لبدأ الواضع ، فهو يفكر تفكيراً موضوعياً معقولاً متمشياً مع الأوضاع الاجتماعية المتعارف عليها • كما أن وظيفة « الأنا » هى الدفاع عن الشخصية ، والعمل على توافقها مع البيئة ، وحل الصراع بين الدائن الحى والواقع ، أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحى •

٣ - و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من « الأنا » الذى يتخصص فى عملية الكبت ، وهو يعمل على مستوى لا شعورى • « فالأنا الأعلى » هو الذى يمثل علاقتنا بوالدينا ، ويبدو نشاطه فى حالات الصراع مع « الأنا » عن طريق إصدار الأوامر والنواهي ، مما قد يأخذ أحيانا صورة مرضية تبلغ من الخطورة حداً يصبح معه القلق شيئاً لا يطاق ، وتستحوذ على الفرد حاجة ملحة الى اتهام الذات وعقابها ومعاناة العذاب والشعور بالفشل (١٩) •

لا شك فى أن نظرية التحليل النفسى قد وجهت النظر الى حقائق هامة لم تكن معروفة من قبل ، أو لم يكن لها من الوزن فى تفسير الشخصية ما يقتناسب وأهميتها • فلقد كان فرويد أول من كشف عن حقيقة العلاقة بين التنظيم الشخصى للراشد وبين تربيته أو طريقة معاملته فى الطفولة • وكان هو أول من وجه الأنظار الى أن الخبرات الانفعالية فى الطفولة المبكرة تترك أثراً باقياً فى التكوين الشخصى ، مما يجعلنا نقرر أن معالم الشخصية تتحدد الى حد كبير فى فترة الخمس سنوات الأولى من حياة الفرد • • ففى هذه الفترة يتكون أسلوب الفرد فى الحياة ، ويتحدد موقفه من المجتمع ومن نفسه ، وتتحدد نظرته العامة الى الأمور وسمات شخصيته العامة • ولا شك أن مثل هذه النظرة الى السنوات الأولى وأهميتها قد فتحت آفاقاً واسعة أمام دارسى الشخصية ، وغيرت اتجاهات هذه الدراسة عما كانت

تسير عليه من قبل تغييرا أساسيا • ان هذا الاتجاه الذى يسند الى الطفولة المبكرة أكبر الأثر فى تحديد الخطوط الأساسية للشخصية لا يزال ثابتا ومقررا حتى انيوم ، بل يكاد يتفق عليه اليوم علماء النفس جميعا •

واذا كان الشكل النهائى لشخصية الفرد يتحدد نتيجة لتفاعله أو صراعه مع العوامل البيئية بما فى ذلك البيئة الداخلية — أى صراع الفرد مع نفسه — فإن ذلك يتم فى الغالب على مستوى لا شعورى ، وهذه نقطة هامة كشفت عنها نظرية التحليل النفسى • فاللاشعور لم يكن معروفا من قبل لدى نظريات الشخصية المختلفة • أما الآن فقد أصبحت الخبرات اللاشعورية تكون ناحية من أهم النواحي الجديرة بالدراسة حتى نستطيع أن نحدد المعالم الأساسية لفرد ما أو نفهم شخصيته وأن نتنبأ بما سيكون عليه سلوكه مستقبلا ، وقبل أن نستطيع التحكم فى تشكيل هذه الشخصية أى نى إعادة بنائها • فالدوافع والانفعالات المكبوتة والصراعات اللاشعورية والحلول اللاشعورية لهذه الصراعات أصبحت تكون الآن محورا هاما فى دراسة الشخصية، دراسة هدفها الفهم والتنبؤ والضبط •

رابعا — الفروديون المحدثون « Neo - Freudians » :

١ — الفريد أدلر :

هو أحد أتباع « فرويد » ، انفصل عنه وأنشأ مدرسة فى فيينا عام ١٩١٢ عارضت آراء فرويد ، وكون مدرسته الخاصة فى العلاج النفسى باسم « جماعة علم النفس الفردى » • وقد عارض « أدلر » آراء فرويد وانتقدها ، وأقام سيكولوجية جديدة تقوم على الأسس الآتية (٢٠) :

(٢٠) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٦٢ •

- دراسة قصور الفرد وما يتبعه من تعويض •
- الايمان بأن الغائية (الأهداف النهائية) هى التى تحكم قياد
تتحكم التعويض •
- أسلوب الحياة وأثره فى توجيه سلوك الفرد •
- أثر الجماعة (الاهتمام الاجتماعى) •
- الذات الاخلاقية •

تحدث أدلر عن نظرية القصور العضوى ، وكان يقصد بها قصور أحد أعضاء البدن من حيث استكمال نموه أو توقفه أو عدم كفايته الوظيفية أو عجزه عن العمل • ان وجود القصور البدنى يؤثر على حياة الشخص فى شتى نواحيها • ويزيد من شعوره بالنقص والافتقار الى الأمن • ويرجع ذلك الى التفسير الذاتى الذى يقوم به الشخص للموقف الذى يواجهه ، وهو اتجاه يرتد به الى مرحلة الطفولة • ويرى أدلر أن شعور الفرد بالنقص أو القصور يدفعه — منذ الصغر — الى البحث عما يضمن له الأمن ويخفف من حدة شعوره بالضعف والتواكل • وقد يكون تعويض الفرد عن شعوره بالقصور تعويضا مباشرا أو غير مباشر (٢١) •

ويرى « أدلر » أن الشخصية لا يمكن أن تتكون وتنمو الا اذا كانت النفس البشرية تتجه فى نشاطها اتجاها غائيا ، لأن الغاية التى يسعى نحوها الشخص وينشط لتحقيقها هى العامل المهم فى توجيهه • وبمعنى آخر ، فان توقعات الانسان نحو المستقبل انما تنظم حياته ، أى أن أهداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر • وبذلك ينظر علم النفس الفردى الى كل ما يصدر عن النفس الانسانية كأنه موجه نحو غاية معينة •

ويمثل مفهوم « أدلر » عن « أسلوب الحياة » نظريته الى الشخصية الانسانية من حيث تنظيمها واتساقها وتفردا • فيعتقد أن

الأهداف الانسانية تدور أساسا حول الميل الى احرار التفوق أو الأفضلية ، ويحقق كل فرد هذا الهدف بطرق مختلفة • وتمثل هذه الطرق المختلفة فى محاولة تحقيق هدف الحياة ، أسلوب حياة الفرد ، وهو الأسلوب الذى يستطيع به أن يحقق هدفه • وتتنظم كل جوانب حياة الفرد وكل أنماط تصرفاته حول هذا الأسلوب • ويمكن القول — بناء على مفهوم « أدلر » — أن أسلوب الحياة هو مفهوم يتضمن كل جانب من جوانب حياة الفرد التى فيها يسعى الى تحقيق هدف الحياة بخطة متميزة وباستخدام وسائل معينة • أى أن أسلوب الحياة يمثل المحور الذى تدور حوله كافة جوانب حياة الفرد سعيا وراء تحقيق هدف الحياة •

ولقد اهتم « أدلر » بالمشكلات المتعلقة بالتنافس والطموح وشعور الفرد بتتكر المجتمع له ومعاداته اياه ، وبالرداف الى التغلب والانتصار أو الرضوخ والهزيمة • وقد تحول انتباه « أدلر » من البحث فى التطور الجنسى للفرد الى البحث فى أنماط النجاح والفشل التى مر بها ، أو بمعنى آخر فى أسلوب حياته • وكان « أدلر » يعنى أن يصل الى الصورة السلوكية المميزة للفرد عندما يستجيب لمواقف الفشل أو النجاح أو تحمل المسؤولية أو المواقف التى تستلزم المنافسة أو المبادأة أو ما أشبه • وكان يعزو هذا الأسلوب المميز لسلوك الفرد الى أنماط معينة من الخبرة يمر بها الفرد فى حياته ، أو بمعنى آخر الى الطريقة التى كان يواجه بها الفرد الموقف عندما كان يندفع الى اشباع رغبته فى الحصول على الاعتراف والتقدير عندما كان طفلا •

ويعتبر مفهوم « الذات الخلاقة » السبب الأول لكل ما هو إنسانى • ان الذات الموحدة الثابتة والخلاقة هى صاحبة السيادة فى بناء الشخصية • ويصعب وصف الذات الخلاقة ، فاننا نلمس آثارها ولكننا لا نستطيع رؤيتها ذاتها • انها شئ يحتل مكانا متوسطا بين المنبهات المؤثرة فى الشخص والاستجابات التى يستجيب بها لهذه المؤثرات أو المنبهات • ونظرية الذات الخلاقة هى فى جوهرها أن الانسان يصنع شخصيته ، فهو يبنئها من المادة الخام ، كما أن البيئة

ترود الانسان بالقدرات والخبرات والانطباعات ، وهى اللبنة التى يستخدمها بطريقته الذاتية الخلاقة فى بناء اتجاهه نحو الحياة (٢٢) •

وعلى أى الحالات فقد وسعت النظريات التى طورها « أدلر » آفاق علم النفس انفرويدى ، بافساح المجال للمحددات الاجتماعية للشخصية ولكن عددا من النقاد قد هون من أصالة هذه النظريات الاجتماعية — النفسية • فهم يقولون ان مثل هذه النظريات تنمى فحسب واعادة صياغة جانب واحد من التحليل النفسى التقليدى ، أى الأنا ودفاعاته وأنه باختزال الشخص الى مجرد نظام « الأنا » ، فان أصحاب النظرية الشخصية الاجتماعية — ومنهم أدلر — ينزعون الشخصية من منابع الحيوية للسلوك الانسانى ، وهى المنابع التى يرجع مصدرها النهائى الى تطور الانسان كنوع ، وأن اقتصر هذه النظريات على الطابع الاجتماعى لشخصية الانسان وتضخيمها له ، يؤدى الى اغتراب الانسان عن تراثه البيولوجى العظيم •

٢ — كارل يونج :

اختلف « يونج » مع أستاذه « فرويد » ، اذ رفض فكرة السيطرة الكاملة للميول الجنسية فى الحياة النفسية التى آمن بها فرويد • فقد كان « يونج » يرى أن الجنس ، على ما له من أهمية فى حياة الفرد ، لا يتفق مع رغبة الانسان فى الحياة الموفورة التى لا يمكن أن تقتصر على الدافع الجنسى أو تشتق منه • ويعتبر « يونج » أن « الليبدو » هو « الطاقة النفسية » أو « طاقة الحياة » التى تتضمن — علاوة على الجنس — الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية •

ويطلق « يونج » على العقل الواعى مصطلح « الأنا » الذى يتكون من المدركات والذكريات والمشاعر والأفكار الواعية • أما العمليات اللاشعورية فهى تمثل عنصرا هاما فى تنظيم الشخصية ، وتلعب دورا رئيسيا فى توجيه السلوك الانسانى وتوجيه الخبرة •

ويحدد يونج تقسيمين أساسيين للتركيب اللاشعورى للشخصية هما :

اللاشعور الشخصى ، واللاشعور الجمعى •

١ — « فاللاشعور الشخصى » (Personal Unconscience) يتكون من الخبرات التى يكتسبها الفرد فى حياته ، وكانت هذه الخبرات فى الأصل شعورية ثم صارت لاشعورية بسبب عوامل الكبت • ولما كان اللاشعور الشخصى يستند الى خبرات الفرد المتنوعة فى الحياة ، فإنه يختلف من فرد لآخر بدرجة كبيرة • ويتركب اللاشعور الشخصى من العقدة وهى عبارة عن الأفكار والمشاعر والذكريات والمدركات المكبوتة •

٢ — يعتبر « اللاشعور الجمعى » (Collective Unconscience) أحد الجوانب الأكثر كموناً فى الشخصية ، ويميل — فى حالات الاضطراب النفسى — الى السيطرة على « الأنا » واللاشعور الشخصى فى توجيه الفرد • ويتكون اللاشعور من ذكريات كامنة موروثة عن الماضى السالف لسلالة الانسانية ، واذا نشطت هذه الذكريات الكامنة فى حاضر الفرد فإنها تؤدى به الى الفوضى والاضطراب (٣) •

ويعتبر مفهوم الذات عند « يونج » أحد الاختلافات الواضحة بينه وبين « فرويد » • فينظر « يونج » الى الذات على أنها مجموعة من المبادئ التنظيمية فى الشخصية ، وتزود هذه المبادئ الشخصية بالوحدة والاستقرار التى تعتبر — فى نظر يونج — الهدف من الحياة الذى يسعى اليه كل فرد • ويرى « يونج » أن السعى وراء هذه الأهداف وتحقيقها لا يتم غالباً الا عن طريق الدين • وهذا الاتجاه يعتبر خاصية أساسية تتميز بها نظرية « يونج » ، وهى التى أضفت على علم النفس التحليلى صبغة دينية •

وتعتبر مفاهيم « يونج » عن طوبولوجية الشخصية من أعم مفاهيمه انتشاراً • فقد ميز نمطين أساسيين فى الشخصية : الانبساط والانطواء • ويمثل نمط الشخصية المنبسطة تنظيماً لها نحو العالم

الخارجى ، فالشخص المنبسط تتجه حركاته نحو العلاقات الموضوعية ، وينصرف اهتمامه الى الحوادث الخارجية ، وهو أكثر اتصالا بحياة الواقع ، ويستطيع أن يعبر عن نفسه بسهولة فى علاقاته مع الآخرين . ويمثل نمط الشخصية المنطوية تنظيما لها نحو العالم الداخلى الذاتى . فالشخص الانطوائى يتخذ موقف الدفاع ضد الالتزامات والمطالب الخارجية ، فى حين يركز اهتمامه على حاجاته ومطالبه الذاتية التى يعتبرها محور نشاطه فى الحياة . والانطوائى يميل الى التفكير والتأمل والتخيل وتعوزه سهولة التعبير عن ذاته مع الآخرين .

تتميز نظرية « يونج » عن بقية المناهج الأخرى فى دراسة الشخصية بما تعطيه من تأكيد قوى للأصول العنصرية والخاصة بنمو الجنس البشرى بأسره وفى تكوين الشخصية . فهو ينظر الى الشخصية باعتبارها نتاجا ووعاء يحتوى على تاريخ أسلاف الفرد . ان فرويد يؤكد الأصول الطفلية للشخصية ، فى حين يؤكد يونج الأصول العنصرية للشخصية . ان الاحترام العظيم الذى يكنه يونج للماضى العنصرى للانسان يعنى أن يونج — أكثر من أى عالم آخر من علماء النفس — قد نقب وبحث فى تاريخ الانسان ليتعلم بقدر ما يستطيع الأصول العنصرية للشخصية وتطورها .

وعلى الرغم من أن نظرية « يونج » فى الشخصية تعتبر نظرية فى التحليل النفسى بسبب تأكيدها للعمليات اللاشعورية ، فانها تختلف عن نظرية « فرويد » للشخصية فى جوانب هامة . وربما كانت أبرز سمات نظرة يونج الى الانسان وأكثرها تمايزا أنها تجمع بين الغائية والعلية . فسلوك الانسان ليس مشروطا بتاريخه الفردى والعنصرى فحسب (العلية) ، بل يرتبط أيضا بأهدافه وطموحه (الغائية) ، وبالماضى كواقع وبالمستقبل كامكان يقود سلوك الفرد فى الحاضر . ان نظرة يونج الى الشخصية نظرة الى المستقبل ، بمعنى أنها تنظر الى الأمام متطلعة الى مستقبل نمو الشخص والى تطوره ، كما أنها تنظر الى الخلف بمعنى أنها تضع الماضى فى اعتبارها . أى أن الانسان تحركه الأهداف بقدر ما تحركه الأسباب .

ان نظرية يونج فى الشخصية ، كما طورها فى كتاباته الغزيرة ، وكما تطبق على نطاق واسع فى مجال الظواهر الانسانية ، تقف كواحدة من أبرز الانجازات فى الفكر الحديث . ان أصالة يونج وشجاعته قل أن تجد نظيرا لهما فى تاريخ العلم الحديث . ان أفكاره تستحق أوثق الاهتمام من كل دارس جاد فى علم النفس (٢٤) .

٣ - أوتو رانك :

يعتبر « رانك » أن الميلاد صدمة رهيبية فى حياة الفرد . . فالألم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة لأن انفصال الوليد عن الرحم يعتبر تغييرا فجائيا فى حياة الطفل الوليد . ويرى « رانك » أن الميلاد هو أشد حالات القلق التى يواجهها المرء فى حياته ، وهى ما يسميه « بالقلق الأولى » (٢٥) ويعتقد « رانك » أن كل شخص يحتاج الى زمن الطفولة كى يتغلب على « صدمة الميلاد » بصورة طبيعية ، ويعتبر أن العصابى هو ذلك الشخص الذى لا ينجح فى هذه المحاولة . ويسير الطفل فى اتجاهين مختلفين :

١ - الرغبة فى التوحد ، أى الرغبة فى تكوين وحدة بينه وبين البيئة حتى لا يشعر بالخوف من الاستقلال والفردية ، ويطلق « رانك » على ذلك مصطلح « خوف الحياة » .

٢ - الرغبة فى الاستقلال والتفرد (Individualization) (٢٦) .

وينظر « رانك » للحياة كخضال بين الخوف من الحياة والخوف من الموت ، ونتيجة هذا النضال هى وجود توازن بين القوى الدافعة فى الفرد ، ويناقش « رانك » عملية الانفصال كصراع بين الارادات .

(٢٤) فرج أحمد فرج ، قدرى حنفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات شخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٥٠ .

Bank, O.; *Will Therapy . Truth, and Reality.* (٢٥)
New York : Knopf. 1945 . p.p. 219 - 220 .

Wolman, B. (ed.) *Handbook of Clinical Psychology.* (٢٦)
New York : Mc Graw - Hill, 1965, p. 349.

« والارادة » هي القوة المتكاملة للشخصية ، وهي مضمون الانسان من حيث ايجاد علاقة حية نشطة بين ذاته وبين العالم الخارجى ، وهي علاقة خلاقة تسمح للفرد بأن يأخذ ويعطى ، ويغير ويتغير ، ويعمل ويكافح ويبدع . ولقد وجدت الارادة لأن الانسان يعيش فى عالم يستلزم الكفاح والجهد فى سبيل العيش ، حيث يواجه عقبات وعوائق طبيعية أو اجتماعية ، ويقابل هذه العقبات برد فعل مضاد أو « بارادة مضادة » .

وتبدأ الذات — أو الفردية — فى النمو عند الطفل عندما يلاحظ — نتيجة للخبرة — أنه هو ووالديه شيئان منفصلان ، وهنا يبدأ الطفل فى الشعور بضرورة تأكيد ذاته بطريقة سلبية ضد الوالد ، وذلك رغبة منه فى تحديد معالم ذاته . وخلال هذه العملية يحدث نوع من الصدام بين الارادات المختلفة : ارادة الأب من جهة وارادة الطفل المضادة من جهة أخرى ، مما يجعل الطفل يشعر بالاثم حيث يدين بالحب والولاء لوالديه . وعندما يستطيع التغلب على الشعور بالاثم ، يبدأ فى تكوين علاقات مع الآخرين بطريقة ايجابية . ان الطفل يحصل على تقبله لذاته فى مرحلة الطفولة عن طريق علاقات المحبة بوالديه ، وتقبل الوالدين للطفل كفرد مستقل .

وهنا يبرز مبدأ هام فى العلاج النفسى ، وهو فكرة « التقبل » ، أى تقبل المريض أو العميل من المعالج ، لأن الشخص العصابى يفتقد الشعور بالتقبل والمحبة من والديه . وعندما يرى هذا الشخص أن المعالج يتقبله فانه يستطيع بالتالى أن يتقبل نفسه . ويتفق هذا المبدأ مع رأى « روجرز » صاحب نظرية « الذات » الى حد كبير .

٤ — كارن هورنى :

ترى « هورنى » أن « القلق » استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً الى المكونات الأساسية للشخصية . ان الأفراد يختلفون من حيث نظرتهم للأمور التى تمثل قيمة حيوية لديهم ، وفقاً لاختلاف ثقافات الأفراد وبيئاتهم ومراحل نموهم . وغالباً ما يصاحب القلق بعض (٤ — الشخصية السوية)

التغيرات الفسيولوجية والأعراض الجسمية كخفق القلب وتسبب العرق والاسهال وعسر الهضم (٢٧) .

وتعترض « هورنى » على « فرويد » لأنه أرجع العصاب الى عوامل بيولوجية ، ولم يرجعها الى مشكلات المجتمع كالعداء والشهرة والتمنافس والانعزال وغيرها من العوامل الاجتماعية . وترى « هورنى » أن العوامل الأولية التى تسبب العصاب يجب البحث عنها وراء الثقافة ، ووراء الظروف التى تسبب الانعزال والخوف والشعور بالضعف وفقد الأمن . وقد أشارت « هورنى » الى العوامل الثقافية التى تولد العصاب ، والتى تتلخص فى : التنافس والفردية ، وعدم المساواة ، والاستغلال . واضطراب العلاقات الانسانية الذى ينشأ عن العوامل السابق ذكرها يسبب الانعزال الوجدانى والشعور بفرار الحياة وفقدان التوازن النفسى . ومن الواضح أن شعور الفرد بالعجز يرجع فى أساسه الى الفشل سواء أكان فشلا اجتماعيا أم اقتصاديا أم عاطفيا ، فان الفشل — أيا كان نوعه أو مصدره — يخلق فى النفس عدم الثقة ويجعل الفرد يشعر بالعجز والضعف وعدم المقدرة على احراز النجاح فى أى مجال من مجالات الحياة .

وترى « هورنى » أن هناك أربعة وسائل يلجأ اليها ليحمى نفسه من القلق (٢٨) :

١ — الحصول على الحب فى أية صورة من صوره حتى يتجنب الصدام مع الآخرين .

٢ — الخضوع والخنوع للآخرين وللمؤسسات أو النظم التى فى مركز القوة والسيطرة بأمل ألا يصيبه منها أى ضرر .

٣ — الحصول على القوة — عن طريق احراز النجاح ، والتمك والاعجاب والتقدير ، والتفوق والتمايز — حتى يتجنب أذى الآخرين .

Horney, K.; *The Neurotic Personality of Our Time*. (٢٧)
New York : Norton, 1937, p.p. 80 - 81.

Horney . K., *Neurosis and Human Growth*. New (٢٨)
York : Norton, 1950.

٤ - الانسحاب الانفعالي من الآخرين ، عن طريق الانفصال الانفعالي عنهم ، حتى لا يصاب الفرد بأذى من الآخرين . وتكون هذه الوسائل الأربعة لحماية النفس دافعية قوية للتحرر من القلق . ويلاحظ أنه بالنسبة لتعدد ظروف الحياة فإنه يتعذر متابعة كل وسيلة من الوسائل الأربعة بمفردها ، إذ غالبا ما يندمج الفرد في أكثر من وسيلة يمارسها في ذات الوقت وخاصة عند محاولة الحصول على الحب والحصول على القوة . ونتيجة لذلك تتجسم نواحي الصراع والقلق التي يعاني منها الفرد .

٥ - إيريك فروم :

يرى « فروم » أن الشخصية هي مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التي تجعل من الفرد شخصا فريدا . ويحذو « فروم » حذو أبقراط في تصنيف الأمزجة إلى صفراوى ودموى وبلغمى وسوداوى ، مع معرفة شيء عن خلق الشخص أو طابعه والحالة التي هو فيها . ويستند أساس خلق الشخص أو طابعه إلى العلاقة التي يعقدها مع الوسط المحيط به . وعندما ينتظم النشاط البشرى في أسلوب خلقى يكون اتجاه الشخص نحو الحياة صعب التغيير ، وبالتالي فإن خلقه يحدد النمط الذي يتخذه سلوكه ويضفى عليه طابعا مميزا (٢٩) .

ويحدد « فروم » خمسة تصنيفات للشخصية وفقا للمخلق السائد في كل منها (٣٠) :

(أ) الشخصية التلقائية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالانزعة التواكلية السلبية ، إذ يعتقد الشخص أن كل شيء يحتاج إليه أو يرغب فيه يجب أن يصل إليه أو يتوفر له ، دون بذل أى جهد أو سعى من جانبه ، بل يوفره له مصدر خارجى .

Fromm, E., *Escape from Freedom*. New York : (٢٩)
Holt, 1941. p. 13 .

Fromm . E ., *Man for Himself*. New York : (٣٠)
Holt, 1947 .

(ب) الشخصية الاستغلالية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالاستغلال ومحاولتهم الحصول على كل شيء من الآخرين بالقوة أو الحيلة ، ويعتبرون الجميع هدفا لاستغلالهم . وتتجه هذه الشخصية نحو العدوان والاحتياال ، وتتصف بالغيرة والحسد والارثياب والاستخفاف بالآخرين .

(ج) الشخصية الادخارية : يتسم أصحاب الشخصيات الادخارية بضعف الايمان فى أى شىء جديد يحصلون عليه من الخارج ، ويعتمد شعورهم بالأمن على الادخار والتوفير ، ويشعرون بأن الانفاق يهدد حياتهم ويشير القلق فى نفوسهم . والشخص المدخر عادة مرتب منظم ، محدود القدرة العقلية ، ويجد فى الفردية والانعزال أمنا وطمأنينة .

(د) الشخصية المساوقة : يشعر أصحاب هذه الشخصية بأن شخصياتهم سلع تباع وتشترى ، وتتأثر بمتطلبات الآخرين المتغيرة ، ويعتبرون الناجح هو من له قيمة والفائل من لا قيمة له . وهم يشعرون عادة بالفراغ والقلق .

(هـ) الشخصية المنتجة : الانسان كائن اجتماعى منتج . ولا يقتصر مفهوم الانتاجية عند « فروم » على الانتاج المادى فحسب ، بل ان الانتاجية بأوسع معانيها هى مقدرة الانسان على استخدام قواه العقلية والحسية وتحقيق امكانياته الكامنة فيه . والشخص المنتج يستطيع أن يفكر تفكيرا مستقلا ، وأن يحترم نفسه ورفاقه ، ولا يعانى من الكبت أو القلق ، ويستطيع أن يثبت ذاته ويستمتع بحياته .

ويقرر « فروم » أنه عندما يسود الاتجاه الانتاجى عند شخص ما ، حينئذ يتحول أى من عناصر الاتجاهات غير المنتجة الأربعة التى توجد فى الشخص وتتخذ مزايا ايجابية مساعدة للحياة .

ويعتبر « فروم » أن العصاب هو أحد مظاهر الفشل الأخلاقى ، وان كان التكيف لا يدل بأى حال على النجاح الأخلاقى . وتمثل الأمراض العصابية غالبا تعبيرات نموذجية لبعض مشاكل الانسان الحديث الذى يعانى القلق والحيرة . ويعتقد « فروم » أن العيش

بطريقة منتجة هو العيش فى نطاق الفضيلة ، أما الرذيلة فتتسبب من تشويه الذات وعدم مبالاة الانسان بنفسه وازدراؤه لذاته وتحقيره اياها (٣١) .

٦ — هارى ستاك سوليفان :

تمثل « الدينامية » و « دينامية الذات » مفاهيم أساسية فى نظرية « سوليفان » . ويعرف « الدينامية » بأنها عبارة عن تناسق للطاقة دائم نسبيا ، يظهر فى عمليات يمكن تمييزها فى إطار العلاقات الشخصية بالآخرين . أى أن مفهوم الدينامية يشير الى الطريقة التى تنتظم بها الطاقة وتوجه فى الجسم البشرى ، ويعتبر « سوليفان » الطاقة هى الطاقة الجسمية العضوية ويرفض فكرة الطاقة النفسية .

ويلعب مفهوم « دينامية الذات » دورا هاما فى تنظيم السلوك . وهو عبارة عن بناء مركب من خبرة الطفل الخاصة بنواحي الثواب والعقاب ، اذ يكون الطفل متنبها لنواحي الرضا والحنان والتشجيع من الآخرين أو عدم الرضا والنبذ منهم . ومن خلال « دينامية الذات » يعمل الطفل على أن يركز اهتمامه على كل ما يسبب له استحسانا من جانب الآخرين ، وأن يتجنب كل ما يجلب عدم الاستحسان تجنباً للقلق . ومن ثم فإن الذات هى الشئ الوحيد الذى يمتلك خاصية التيقظ والانتباه لكل ما يدور فى محيط الفرد . . . وقد اهتم « سوليفان » — مثل هورنى وفروم — بأثر الجو العام للأسرة على النمو النفسى للطفل ، ولكنه لم يتناول بالتحليل ماهية العوامل الثقافية التى تؤثر على اتجاه الوالدين نحو الطفل (٣٢) .

وتتميز المراحل التى يحددها « سوليفان » للنمو الانسانى بوجود امكانيات للطفل فى كل مرحلة تجعله واعيا بوجه خاص لجوانب معينة من العلاقات الشخصية مع الآخرين فى بيئته وتجعله قادرا على أن

Fromm, E ., The Sane Society. New York : (٣١)
Norton, 1955 .

Sullivan, H. S.; Conceptions of Modern Psychiatry, (٣٢)
New York : Norton, 1953 .

يتفاعل معها • وتتلخص مراحل النمو التي ذكرها « سوليفان »
فيما يأتي :

(أ) مرحلة الحضانة : وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل على
استخدام اللغة •

(ب) مرحلة الطفولة : وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل على
التعايش مع زملائه •

(ج) مرحلة الحداثة : وتستمر حتى تنمو القدرة على تبادل
المودة مع الآخرين •

(د) مرحلة ما قبل المراهقة : وتستمر حتى تنضج القوة الدينامية
للاستثناء الجنسي •

(هـ) مرحلة المراهقة المبكرة : وتستمر الى بدء تبني سلوك
الاستثناء الجنسي •

(و) مرحلة المراهقة المتأخرة : وتستمر حتى النضج •

ويلاحظ على هذا التقسيم لمراحل النمو أن « سوليفان » تجنب
التحديد الزمني لهذه المراحل •

وتدور اتجاهات « سوليفان » في التحليل النفسي حول نظريته
عن « العلاقات الشخصية » ، وقد ركز كل اهتمامه على الفرد ، ولب
نظريته هو تكامل الكائن الحي في الوسط الذي يعيش فيه • ويقرر
أن البقاء الانساني في الحياة يحتاج الى تغيير وتفاعل مستمر مع
البيئة : ويهتم بالوحدة الوظيفية للذات التي تنمو خلال سياق تفاعلاتها
وعلاقاتها المشتركة مع الآخرين (٣٣) •

خامسا - نظرية التعلم :

على الرغم من اهتمام الكثيرين من علماء النفس بدراسة « التعلم »
الا أن مجال دراسة الشخصية لم يلق اهتماما كافيا من هذه الزاوية •

فلم يحاول غير عدد قليل أن يخرج من اطار ظاهرة التعلم البسيطة والتكوينات النظرية المشتقة منها إلى موضوع الشخصية • وأهم التطبيقات فى هذه الناحية ما قام به «دولارد» و «ميللر» ، فقد استعاننا بالحقائق التى جاءت بها نظرية التحليل النفسى ، وما كشف عنه علم الاجتماع الحضارى ، بالإضافة إلى المبادئ الأساسية التى جاءت بها نظرية « هل » (Hull) فى تفسير السلوك • فجاء عملهما تراجوا بين كل من الدقة العلمية التى تتميز بها نظرية « هل » وبين الحيوية والثراء الذى تتميز به نظرية التحليل النفسى ، مع عدم التخلّى عن الحقائق المقارنة التى أمدنا بها علم الاجتماعى الحضارى بالنسبة للأطار الثقافى وأثره فى التنشئة الاجتماعية للطفل ونمو شخصيته •

يقول « دولارد » و « ميللر » ان هناك أربعة مفاهيم عامة فى عملية التعلم ، وهذه المفاهيم هى : الدافع ، والدليل ، والاستجابة ، والتدعيم •

١ — فالدافع ، هو مثير قوى بدرجة كافية لدفع الفرد إلى العمل ، فهو يحرك السلوك ولكنه لا يوجهه بمفرده •

٢ — والدليل ، عبارة عن مثير يوجه الفعل أو الاستجابة التى يصدرها الكائن الحي • فالدافع يثير الفعل ، ويتولى بعد ذلك الدليل توجيهه أو تحديد طبيعة الفعل أو الاستجابة •

٣ — والاستجابة ، مرحلة هامة فى نمو الكائن الحي • وتختلف الاستجابات من حيث احتمال حدوثها بالنسبة لموقف ما •

٤ — ومتى صدرت الاستجابة فإن مصيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من « تدعيم » (Reinforcement) أو « تثبيط » (انطفاء) (Extinction) فالأولى هى العملية التى تقوى بها الرابطة بين المثير والاستجابة ، أما الثانية فهى العملية التى تنحل بها هذه الرابطة • ويتم « التدعيم » عن طريق خفض الدافع أو خفض التوتر — الناشئ عن الدافع — عن طريق مكافأة الفعل أو الثواب الذى يعقب

الاستجابة • ويعتقد «دولارد» و «ميلر» أن عملية للتدعيم عن طريق خفض الدافع هي البدء الوحيد للتعلم • ومن شأن العادات التي تعلمناها في موقف معين أن تنتقل أو تعمم في مواقف أخرى • وكما أن هناك ميلا من الانسان الى أن يستجيب بنفس الاستجابة لمواقف مختلفة الى حد ما ، فان لديه كذلك ميلا الى أن يستجيب استجابات مختلفة لمواقف متشابهة الى حد ما ، وتسمى هذه العملية الأخيرة بعملية « التمييز » • وعلى هذا النحو تفرض البيئة على الفرد مطالب متعارضة من التعميم والتمييز (٣٤) •

ومن وجهة نظر «دولارد» و «ميلر» فان «الصراع» مكتسب أو متعلم • وتعتبر خبرات الطفولة ذات أهمية في تعلم الصراع ، فان تأثير المطالب المتصارعة النابعة من الطفل ومن البيئة قد تؤدي الى تعرضه للصراع في هذه المرحلة التكوينية الهامة من حياته • ويحدث الصراع في ثلاثة أشكال مختلفة :

- ١ — صراع الاقدام والاحجام ، وهو الذي يحدث بين دافعين يستثاران في نفس الوقت ، وفي اتجاهين متضادين •
 - ٢ — صراع الاقدام / الاقدام ، وهو الذي ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الفرد في نفس الوقت الى الاقتراب من هدف معين •
 - ٣ — صراع الاحجام / الاحجام ، وهو الذي ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الشخص في نفس الوقت الى الابتعاد عن هدف معين •
- لقد قدمت لنا نظرية التعلم معالجة علمية لموضوع الشخصية • وإلى جانب الدقة العلمية فانها ساعدت على تطبيق القوانين العملية وفتحت باب البحث التجريبي في ظواهر الشخصية على مصراعيه • وهكذا جعلت من الشخصية لأول مرة موضوعا للبحث العلمي ، وليست موضوعا للتأمل الفلسفي أو الكلام النظري غير المدعم بالأدلة والأسانيد التجريبية •



سادسا — نظرية الذات :

هناك اتجاه آخر في دراسة الشخصية يؤكد أهمية « المجال الظاهري » (Phenomenonological Field) ، أى المجال كما يدركه الفرد ذاته ، على أساس أن الطريقة التى يدرك بها الشخص الأحداث المحيطة به أو التى تقع له تحدد الكيفية التى يتصرف بها • وهذا الاتجاه فى تفسير السلوك هو الذى قامت عليه أساسا نظرية الذات •

ومن أهم المفاهيم التى تؤكدتها نظرية « روجرز » ^(٣٥) فى الذات ما يأتى :

١ — مفهوم الكائن العضوى أو « الأورجانيزم » (Organism) الذى هو الفرد ككل •

٢ — مفهوم المجال الظاهري الذى هو مجموع الخبرات الفردية أو الخبرة فى كلياتها •

٣ — مفهوم الذات وهى ذلك الجزء من المجال الظاهري الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة « بالذات » أو « الأنا » أو بالفرد كمصدر للخبرة والسلوك •

والذات هى المفهوم الأساسى الذى تجعل منه النظرية المحصور الأساسى للخبرة التى تحدد شخصية الفرد ، أو بمعنى آخر هى ذلك الجزء من المجال الظاهري الذى يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد • فكما أن ادراكنا للمواقف الخارجية هو الذى يحدد استجاباتنا الخاصة ازاء هذه المواقف ، كذلك فإن فكرتنا عن ذاتنا — أو الطريقة التى ندرك بها ذاتنا — هى التى تحدد نوع شخصيتنا ، وهى التى تحدد كيفية تصرفنا ازاء المواقف والأفراد ، وكيفية ادراكنا لهذه المواقف أو هؤلاء الأفراد • فالمواقف والأحداث الخارجية تتوقف قيمتها ومعناها بالنسبة للشخص على الصورة التى يدرك بها نفسه • ففكرة الشخص عن نفسه اذن هى النواة الرئيسية التى تقوم عليها شخصيته •

وينظر « روجرز » الى مفهوم الذات كمفهوم متطور عن تفاعل الكائن الحى مع البيئة ، ولذلك يكشف الفرد عن ذاته من خلال خبراته مع الأحداث والأشخاص . وتبحث الذات عن اتساق لها ، فيتعرف الكائن الحى بطرق متنسقة أو ثابتة مع مفهوم الذات ، وتمثل الخبرات غير المتسقة مع مفهوم الذات تهديدات للفرد قد تؤدى الى الاضطراب الانفعالى . ويذهب « روجرز » الى أن مفهوم الذات يمكن أن يتغير نتيجة للنضج والتعلم ، وعلى ذلك فان ادراك العميق لذاته من خلال الارشاد النفسى أو العلاج النفسى — يخضع لعدة تغيرات تقوده الى صورة أكثر واقعية عن ذاته ، وتحرر الفرد حتى يعمل على تحقيق ذاته (٣٦) .

ان مفهوم الذات ، بمعنى التنظيم السلوكى الادراكى الانفعالى الذى يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل ، هذا المفهوم يمثل متغيرا هاما من متغيرات الشخصية ، بل اننا فى الواقع لا يمكن أن نفهم الشخصية فهما كاملا الا اذا تضمنت هذا المتغير . اننا لا نستطيع أن نفهم سلوك الشخص الظاهرى ، سواء حكمنا على هذا السلوك بأنه سوى أو منحرف ، الا فى ضوء الصورة الكلية التى يكونها الفرد عن ذاته . فالوسائل الدفاعية المختلفة ، بما فى ذلك الأشكال المختلفة للمرض النفسى ، انما هى وسائل للدفاع عن الذات ككل ، وليست وسائل لاشباع دافع جزئى معين بالذات . كما أن جميع النواحي الأخرى للشخصية من صراع وقلق ودوافع وغيرها ، لا يمكن أن تفهم الا فى ضوء الصورة الكلية عن الذات .

وقد استخدم « سينج وكومز » (٣٧) مصطلح المجال الظاهرى — مثل « روجرز » — للإشارة الى البيئة السيكلوجية ، ولتأكيد فكرة

Rogers, C.; Client - Centered Therapy: Its Current (٣٦)
Practice, Implications, and Theory. New York : Houghton -
Mifflin, 1951 .

Combs, A. ; and Syngg, D.; Individual Behavior. (٣٧)
New York : Harper and Row, 1949.

أن كل سنوك انما يتحدد بالمجال الظاهري للكائن الحي موضوع السلوك
ويقسم « سينج » و « كومز » المجال الظاهري الى قسمين :

١- الذات الظاهرية (Phenomenal self) وهي التي تتضمن كل
الأجزاء فى المجال الظاهري ، والتي يراها الفرد كجزء أو خاصية
لذاته .

٢ - مفهوم الذات الذى يتكون من أجزاء للمجال الظاهري تتميز
عن طريق الفرد كخصائص محددة وثابتة لذاته .
لقد أبرز « روجرز » طبيعة مفاهيم الذات ، وعلاقاتها المتداخلة
فى تسع عشرة قضية ، تتلخص فى الآتى (٣٨) :

١ - « يوجد كل فرد فى عالم من الخبرة دائم التغير ، ويشكل
الفرد مركز هذا العالم » . وتشير كلمة الخبرة الى كل ما يدور بداخل
الكائن فى أية لحظة بما فى ذلك العمليات الفسيولوجية والانطباعات
الحسية والأنشطة الحركية . وهذا العالم من الخبرة لا يعرفه على
حقيقته الا الفرد نفسه ، وعلى ذلك فان الفرد هو أحسن مصدر
للمعلومات عن نفسه .

٢ - « يستجيب الكائن للمجال كما يمارسه أو يدركه ، وهذا
المجال الإدراكي هو « الواقع » (Reality) بالنسبة للفرد » .
وتؤكد هذه القضية أن الشخص لا يستجيب للمثيرات الخارجية أو
الاضطرابات الداخلية كما هى ، وانما يستجيب الى خبراته عن
الظروف الدافعة أو المثيرة للسلوك . فالواقع عنده هو ما يظنه
الحقيقة بصرف النظر عن احتمال أنه حقيقى أو غير حقيقى ، وهذا
الواقع الذاتى هو الذى يحدد كيف يسلك . وعلى ذلك فان مجرد
معرفة المثير لا تكفى للتنبؤ بالسلوك اذ يجب أن نعرف كيف يدرك
الشخص المثير .

٣ - « يستجيب الكائن الى المجال الظاهري ككل منظم »

وتشير كلمة « كل منظم » الى المفهوم الذى يؤكد أهمية دراسة الظاهرة من خلال الكائن الحى (Organismic) أو الكل (Holistic) فالكائن الحى بناء منظم على الدوام يعقب التغيير فى أحد أجزائه تغيير فى كل جزء آخر •

٤ - « للكائن الحى نزعة (Tendency) واحدة أساسية هى إبقاء وتنقية الكائن الحى الذى يعيش الخبرة » • وتقوم هذه الفكرة على أساس أن الكائن الحى نظام واحد يتميز بالدينامية ويعتبر الباعث الواحد فيه تفسيراً كافياً للسلوك بأكمله ، وأن الشخصية حين تفصح عن نفسها إنما تسير وفق الخطوط التى تحددها طبيعة الكائن الحى نفسه ، فهناك — من ناحية — قوة دافعة واحدة ، وهناك — من الناحية الأخرى — هدف واحد للحياة • ولا يتم للفرد تحقيق ذاته دون كفاح أو مشقة ، ولكنه يتصدى للكفاح ويتحمل المشقة لما لدافع النمو من أثر بالغ القوة عليه •

٥ - « السلوك فى أساسه محاولة موجهة نحو هدف هو اشباع الحاجات التى يخبرها الكائن الحى فى مجاله كما يدركه » •

٦ - « يصاحب الانفعال السلوك الموجه نحو هدف ويسهل له مهمته بوجه عام ، فيرتبط نوع الانفعال بتلك النواحي من السلوك التى تجد فى الطلب وذلك مقابل النواحي الاستهلاكية للسلوك ، كما ترتبط شدته بمدى الأهمية المدركة للسلوك فى الحفاظ على الكائن الحى وتدعيمه » • وتعتمد هذه القضية على النظرية القائلة بأن الانفعال ليس عاملاً من عوامل الهدم بل هو شئ نافع لتحقيق التوافق • فإذا أخذنا انفعالات الاستثارة وجدنا الغضب مساعداً للفرد على سلوك السعى والكفاح ، أما الانفعالات التى هى أكثر هدوءاً مثل الشعور بالرضا فتساعده على الفعل الاستهلاكي لموضوع الهدف • فالغضب يدفع الشخص الى بذل مجهود مضاعف للحصول على الطعام ، فى حين يسهل الشعور بالرضا مهمة هضم الغذاء الذى أكله الفرد • وتتباين شدة الانفعال طبقاً لما يحمله الموقف من دلالة بالنسبة للفرد ، فإذا تهددت حياته بالخطر زادت شدة خوفه ، أما إذا كان الخطر تافهاً فسيقل خوفه •

٧ - « ان أحسن موقع ممكن لفهم السلوك هو من خلال الاطار المرجعى الداخلى للفرد نفسه » . وتبرز هذه القضية ايمان روجرز بتقارير الفرد عن نفسه كمصدر ممتاز للبيانات الذاتية النفسية . ويعترف روجرز بأن تقارير الفرد عن نفسه لا تعطى صورة كاملة لشخصيته أو تكشف عن كل محددات سلوكه . . فقد يكون الشخص واعيا بأسباب سلوكه ولكنه لا يستطيع أن يعبر عنها بكلمات تفصح عن المعنى الذى يقصده . وقد لا يكون الفرد واعيا بكل خبراته ، وفى هذه الحالة يصبح نقلها للآخرين أمرا غير ممكن . وقد يكون الفرد واعيا بخبراته وقادرا على التعبير عنها غير أنه لا يريد أن يفعل ذلك ، وإذا فرض عليه أى ضغط للدلاء بإجابة عمد الى التمويه على من يسأله . وعلى الرغم من هذه العقبات يفضل روجرز استخدام تقارير الفرد عن نفسه كمحاولة لفهم الشخصية والسلوك من خلال اطار الشخص المرجعى الخاص كما يفصح عن نفسه فى الموقف المشجع للعلاج المتمركز حول العميل » (Client - Centered Therapy) .

٨ - « يتميز جزء من المجال الادراكى الكلى بالتدرج ليكون الذات » . يؤكد روجرز أن الذات الظاهرية تتميز فى المجال الادراكى الكلى ، والذات هى وعى الفرد بوجوده ونشاطه ، أو هى مجموع الخبرات التى تنسب جميعها الى شيء واحد هو « أنا » أو ضمير المتكلم .

٩ - « نتيجة للتفاعل مع البيئة يتكون بناء للذات ، وهو نمط تصورى منظم من مدركات وعلاقات الـ « أنا » وضمير المتكلم مع القيم التى ترتبط بهذه المفاهيم » . فمن بين أنواع التمييز التى يتعلمها الطفل تمييزه لذاته كشئ بارز عن البيئة التى يعيش فيها ، كما يدرك أن بعض هذه الأشياء تخصه فى حين ينتمى بعضها الآخر الى البيئة . كما يبدأ فى بناء تصور خاص عن نفسه فى علاقته بالبيئة ، وتصبح لهذه الخبرات والعلاقات قيمة ايجابية أو سلبية . ولا تضاف القيم الى صورة الذات كنتيجة للخبرة المباشرة بالبيئة فحسب ، بل

قد تؤخذ هذه القيم عن الآخرين ويدركها الشخص كما لو كان قد خبرها بنفسه مباشرة .

١٠ - « القيم المرتبطة بالخبرات والقيم التي تشكل جزءاً من بناء الذات هي في بعض الحالات قيم يخبرها الكائن الحي بصورة مباشرة ، وفي بعض الحالات قيم يأخذها عن آخرين ولكن تدرك بصورة مشوهة كما لو كانت خبرت بطريقة مباشرة » . فيعاني الطفل الذي عاقبه والداه على فعل يراه مصدر لذة صراعاً بين رغبة في اجتلاب اللذة ورغبة في تجنب الألم ، مما يضطر الطفل الى مراجعة صورة ذاته ومجموعة القيم لديه ، وتؤدي هذه المراجعة الى تشويه قيم الطفل ومشاعره . وتخف حدة الصراع بين القيم بتقبل الوالدين لقيم طفلها ، ولو كانا لا يوافقانه عليها . وفي هذه الحالة يختفى عند الطفل كل تهديد لصورة ذاته ويصبح بإمكانه أن ينمي ذاتاً صحيحة البناء خالية من كل انكار أو تشويه للخبرات .

١١ - « تتحول خبرات الفرد التي تحدث في حياته (أ) الى صورة رمزية تدرك وتنظم في علاقة ما مع الذات ، أو (ب) يتجاهلها الفرد حيث لا تدرك لها علاقة ببناء الذات ، أو (ج) يحال بينها وبين الوصول الى صورة رمزية أو تعطى لها صورة رمزية مشوهة لأنها لا تتسق مع بناء الذات » . وتسلم هذه القضية بأن الادراك انتقائي ويتحدد بمحك أساسي هو مدى اتساق الخبرة مع صورة الذات لدى الفرد في أثناء عملية الادراك .

١٢ - « تتسق معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن نفسه » . وبناء على هذه القضية فإن أحسن طريقة لاجداث تعديل في السلوك هي باحداث تغيير في مفهوم الذات ، وهذا هو ما تحاوله نظرية « العلاج المتمركز حول العميل » حيث انه علاج متمركز حول الذات .

١٣ - « قد يصدر السلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل الى مستوى التعبير الرمزي ، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بناء الذات ، وفي مثل هذه الحالات لا يكون السلوك متتمياً للفرد » .

عندما نأخذ القضيتين ١٢ ، ١٣ معا فى اعتبارنا يتبين لنا أن روجرز يبرز وجود جهازين لتنظيم السلوك ، الذات والكائن الحى • وقد يعمل هذان الجهازان معا فى تعاون وانسجام أو يعارض كل منهما الآخر فتكون النتيجة توترا وسوء توافق كما سيتبين فى القضية ١٤ ، أما اذا عملا معا وتكون النتيجة تكيفا صحيحا كما توضح القضية ١٥ •

١٤ — « ينشأ سوء التوافق النفسى حين يمنع الكائن الحى عدداً من خبراته الحسية والحشوية ذات الدلالة من بلوغ مرتبة الوعي ، ويؤدى هذا بدوره الى الحيلولة دون تحول هذه الخبرات الى صور رمزية والى عدم انتظامها فى جشطات بناء الذات ، ويسبب مثل هذا الموقف قدرا كبيرا أو أساسيا من التوتر النفسى » •

١٥ — يتوافر التوافق النفسى عندما يصبح مفهوم الذات فى وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والحشوية للكائن الحى بأن تصبح متمثلة فى مستوى رمزى وعلى علاقة ثابتة ومتسقة مع مفهوم الذات « فبمثل ما لفرويد من « هو » و « أنا » وليونج من « شعور » و « لا شعور » ، فان لروجرز أيضا جهازين هما « الكائن الحى » و « الذات » وقد يعارض كل منهما الآخر • وقد يمنع الكائن الحى بعض الخبرات التى لا تتسق مع الذات من أن تصبح شعورية ، كما أن الذات لديها القدرة على اختيار الخبرات التى تتسق مع بنائها •

١٦ — « تدرك أية خبرة لا تتسق مع تنظيم أو بناء الذات كتهديد ، وكلما زاد هذا النوع من المدركات ازداد الجمود فى تنظيم بناء الذات حتى يتسنى له المحافظة على بقائه » • فتقيم الذات دفاعاتها ضد الخبرات المهددة عن طريق انكارها على مستوى الشعور وهى اذ تفعل ذلك تريد صورة الذات تباعدا عن واقع الكائن الحى • وهكذا تنقطع الصلة بين الذات والخبرات الفعلية للكائن الحى ، وينشأ التوتر نتيجة للمعارضة المتزايدة بين الواقع والذات ، وينتج عن ذلك أن يزداد سوء توافق الفرد •

ويمكن ازالة حدة هذا الموقف من خلال « العلاج المتمركز حول

العميل « حيث يمكن احداث التكامل المتناسق بين الذات والكائن الحى .

١٧ — « فى ظل ظروف خاصة تتضمن أساسا استبعاد أى تهديد للذات ، يصبح ادراك الخبرات التى لا تتسق مع مفهوم الذات أمرا ممكنا ، كما يمكن مراجعة بناء الذات بشكل يسمح بنتمثل هذه الخبرات وجعلها متضمنة فى بناء الذات » .

ففى العلاج المتمركز حول العميل يجد الشخص نفسه فى موقف خال من كل تهديد بسبب تقبل المعالج له ، مما يشجعه على الكشف عن الجوانب اللاشعورية فى ذاته ورفعها الى مستوى الوعى .

١٨ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل كل خبراته الحسية والحشوية فى شكل متسق ومتكامل فانه يصبح بالضرورة أكثر تفهما للآخرين وأكثر تقبلا لهم كاشخاص منفصلين » . فعندما يتقبل الشخص مشاعره الذاتية الجنسية والعدوانية فانه يصبح أكثر احتمالا لتعبير الآخرين عن هذه المشاعر ، وتكون النتيجة أن تتحسن علاقاته الاجتماعية وتقل احتمالات التعرض للصراعات الاجتماعية .

١٩ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل فى بناء ذاته المزيد من خبراته العضوية يكتشف أنه يستبدل جهاز القيم الحالى لديه — وهو قائم أساسا على ما استدمجه عن الآخرين وأعطى له صورة رمزية مشوهة — بعملية تقييم متصلة ومستمرة » . فحتى يتحقق للفرد توافق صحى متكامل لابد له من أن يقيم خبراته باستمرار حتى يحدد ما اذا كانت هناك ضرورة لاحداث تعديل فى بناء القيم . فان وجود مجموعة ثابتة من القيم يمنع الفرد من الاستجابة الفعالة للخبرات الجديدة . ولا بد من أن يكون الفرد مرنا حتى يصبح بإمكانه أن يتكيف تكيفا مناسبيا لظروف الحياة المتغيرة .

● وجهة نظر :

بعد هذا العرض الموجز للنظريات المختلفة للشخصية ، ومناقشة الآراء والمدارس الفكرية المختلفة التى تعرضت لبحث هذا الموضوع الحيوى الهام ، يبدو من المعقول - من وجهة نظر الباحث - عقد مقارنة سريعة بين أهم النظريات • ولا شك فى أن النظرية لا تعتبر مفيدة الا اذا جعلت هدفها من دراسة الظواهر البحث عن الأسباب أو العوامل الفعالة التى تعتبر مسئولة عن حدوث تلك الظواهر • وقد سار « فرويد » فى منهجه متبعا للأسلوب العلمى فى التفكير من حيث ارتباط الأسباب بالأسباب فى علاقات وظيفية تجعل من الثانية محصلة للأولى • كما وجهت نظرية التحليل النفسى الأنظار الى الأسلوب التكوينى أو التطورى الذى يبحث فى ثانيا الماضى عن عوامل فعالة فى الحاضر ، ويفسر الحاضر فى ضوء التاريخ التطورى له • ومن شأن هذه النظرة أن تجعل من السلوك والشخصية ظاهرة ديناميكية ، وهى شىء قد أصبح متفقا عليه الآن • ولا يتم استكمال هذا الأسلوب العلمى الا اذا نظرنا الى التاريخ الماضى للشخصية فى صورة أحداث مادية معينة محددة يتعرض لها الفرد فى حياته الأولى وتؤثر على سلوكه مستقبلا • وهذا هو ما فعلته « نظرية التعلم » ، فلقد أرجعت أحداث الطفولة المبكرة الى نظم مصددة من الثواب والعقاب والاحباط والتثبيط ، يتعرض لها الطفل فى حياته الأولى ، وهذه النظم يحددها نوع الثقافة التى يعيش فيها الفرد • وتتمثل هذه النظم فى القيم والاتجاهات والأهداف التى تسود المجتمع وتؤثر فى نوع معاملة الأبوين للطفل • ومن شأن تحديد العوامل الفعالة التى تؤثر فى شخصية الطفل وسلوكه أن تفتح آفاقا واسعة أمام البحث العلمى •

ومن الناحية المادية أو الوضعية ، نجد أن النظرية الناجحة هى تلك التى تصنف ظواهرها تصنيفا شاملا مفيدا من وجهة النظر العلمية • والواقع أن أغلب النظريات التى عرضنا لها قد أسهم فى مثل هذا التصنيف لمادة الشخصية • فنظرية السمات ونظرية التحليل النفسى (٥ - الشخصية السوية)

ونظرية الذات — على سبيل المثال — قد نظرت الى الشخصية من زوايا مختلفة وجاءتنا بمادة يمكن أن توضع فى تصنيف أكثر شمولاً مما جاءت به كل نظرية على حدة • هذا بالإضافة الى أن الحقائق التى تعبر عنها هذه النظريات تمثل متغيرات هامة ومفيدة من الناحية العلمية •

وإذا نظرنا الى التنظيم الشخصى للفرد على أنه تنظيم فريد خاص به ، وفى الوقت نفسه يشترك فيه مع الآخرين فى نواح معينة ، فإننا نستطيع حينئذ الافادة من جميع الحقائق التى أمدتنا بها النظريات المختلفة للشخصية • فنستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج التحليل النفسى عن الخبرات اللاشعورية وعن الصراع بين الخبرات المختلفة • ونستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج السمات عن الصفات المختلفة للسلوك الظاهرى ، كما يمكن الافادة من نظرية الذات بما أمدتنا به من حقائق عن الذات • وأخيراً نستطيع أن ننظر الى هذه الحقائق جميعاً من وجهة نظر سلوكية كما تشير بذلك نظرية التعلم • وبهذا نتلافى الأخطاء التى قد تجرنا اليها المناهج التى تعتبر الشخصية شيئاً جامداً موروثاً أو غريزياً ، مما قد يعطل الفهم ولا يساعد على التنبؤ •

وعند دراسة الشخصية أو علاجها — يميل الكاتب الى عدم التحيز الى وجهة نظر بعينها ، بل يفضل استخدام « الطريقة الانتقائية » (الجذرية) (Eclectic Approach) حيث يستفاد من العلوم الانسانية والخبرات المختلفة فى دراسة الشخصية ، على أساس أن الشخصية تتضمن مستويات وظيفية متكاملة من النواحي البيولوجية والسيكولوجية والاجتماعية • وقد استند الكاتب فى هذا الرأى الى خبرة سنوات طويلة فى مجال تأهيل المعوقين ، حيث تعتمد فلسفة التأهيل على « مفهوم الفريق » (Team Concept) فى علاج وتأهيل الحالات • ويتضمن فريق التأهيل الخبرات المختلفة فى نواحي الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وما يرتبط بها من المعارف الأخرى •

● أنماط الشخصية فى القرآن :

حاول المفكرون فى عصور التاريخ المختلفة ، كما حاول علماء النفس فى العصر الحديث ، دراسة أوجه التشابه وأوجه الخلاف بين شخصيات الناس ، وقاموا بعدة محاولات لتصنيف الناس الى عدة أنماط من الشخصية ، يتميز كل نمط منها بمجموعة معينة من الصفات المميزة . ان تصنيف الناس الى أنماط ، انما هى محاولة تساعد على وصف الناس وتفسير سلوكهم .

واننا نجد فى القرآن الكريم تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هى : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون . ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التى تميزه عن النمطين الآخرين . وتصنيف القرآن للناس على أساس العقيدة يتمشى مع أهداف القرآن من حيث هو كتاب عقيدة وهداية ، كما أن هذا التصنيف يشير الى أهمية العقيدة فى تكوين شخصية الانسان ، وفى تحديد سماته المميزة له ، وفى توجيه سلوكه على نحو معين خاص يتميز به . كما يشير هذا التصنيف أيضا الى أن العامل الأساسى فى تقييم الشخصية فى نظر القرآن هو « العقيدة » (٣٩) .

والانسان كائن « معتقد » بالطبع ، ومعنى ذلك أنه خلق على أن يكون ذا عقيدة فى صحة شىء وفى بطلان آخر . فمنذ وجد الانسان على ظهر البسيطة تسامى بنفسه ليستشرف على قوة أكمل من قوته ، يدين لها بالخوف والحب والطاعة ، وهو ما يعبر عنه « بالعاطفة » ، ولعلها أسبق العواطف التى غرست فى النفس الانسانية .

وعندما عرض القرآن النماذج المختلفة للانسان من ناحية العقيدة فى مطلع سورة البقرة ، ذكر المؤمنين فى أربع آيات ، ومواجهيهم الكفار فى آيتين ، ثم فضح الفئة التى فقدت انسانيتها — لأنه لا قضية لها — فى ثلاث عشرة آية ، كشفت تناقض هذا النموذج من الناس

(٣٩) محمد عثمان نجاتى . القرآن وعلم النفس : القاهرة : دار

الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٢ ، ٢١٣ .

مع نفسه ومجتمعه ، بحيث استحق اسم « المنافقين » • وقد أفرد القرآن الكريم كل نموذج من العقيدة بسورة سماها باسمها ، فهناك سورة « المؤمنون » ، وسورة « المنافقون » ، وسورة « الكافرون » •
لقد وصف القرآن الكريم كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة بسمات خاصة يعرف بها ، ويتميز بها عن النمطين الآخرين من الناس •
وسنحاول فيما يلي أن نذكر أهم السمات التي يتميز بها كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة من الناس كما ورد في القرآن الكريم ، وسماتها الفرعية :

أولا — المؤمنون :

إذا جمعنا سمات المؤمنين التي وردت في القرآن الكريم وحاولنا تصنيفها لأمكن أن نصنفها الى تسعة مجالات رئيسية من مجالات السلوك هي (٤٠) :

١ — سمات تتعلق بالعقيدة : الايمان بالله ، وبرسله ، وكتبه ، وملائكته ، واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنة والنار ، والغيب ، والقدر •

٢ — سمات تتعلق بالعبادات : عبادة الله ، وأداء الفرائض من صلاة وصيام وزكاة وحج وجهاد في سبيل الله بالمال والنفس ، ونقوى الله وذكره دائما ، واستغفاره ، والتوكل عليه ، وقراءة القرآن •

٣ — سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : معاملة الناس بالحسنى ، الكرم والجود والاحسان ، التعاون ، الاتحاد والتماسك ، الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، العفو ، الايثار ، الاعراض عن اللغو ، حب الخير ، اغاثة الملهوف •

٤ — سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية : اطاعة الوالدين والبر بهما ، الاحسان بالوالدين وبذي القربى ، حسن المعاشرة بين الأزواج ، رعاية الأسرة والانفاق عليها ، التنشئة السليمة للأبناء •

(٤٠) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس ، القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٤ ، ٢١٥ •

٥ — سمات خلقية : الصبر ، الحلم ، الصدق ، العدل ، الأمانة ،
الوفاء بالعهد ، العفة ، التواضع ، القوة فى الحق ، عزة النفس ، قوة
الارادة ، التحكم فى أهواء النفس •

٦ — سمات انفعالية وعاطفية : حب الله ، الخوف من عذاب
الله ، الأمل فى رحمة الله ، حب الناس ، كظم الغيظ والتحكم فى
انفعال الغضب ، عدم الاعتداء على الغير ، عدم حسد الآخرين ، الرحمة ،
لوم النفس والشعور بالندم عند ارتكاب ذنب ما ، عدم الغرور •

٧ — سمات عقلية ومعرفية : التفكير فى الكون وخلق الله ، طلب
المعرفة والعلم ، عدم اتباع الظن وتحرى الحقيقة ، حرية الفكر
والعقيدة •

٨ — سمات تتعلق بالحياة العملية : الاخلاص فى العمل وإتقانه ،
السعى بنشاط وجد فى سبيل كسب الرزق •

٩ — سمات بدنية : القوة ، الصحة ، النظافة ، الطهارة •

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

● « ذلك الكتاب لا ريب فيه هدى للمتقين • الذين يؤمنون
بالغيب ويقيمون الصلاة ومما رزقناهم ينفقون • والذين يؤمنون بما
أنزل إليك وما أنزل من قبلك وبالآخرة هم يوقنون • أولئك على هدى
من ربهم ، وأولئك هم المفلحون » • (البقرة : ٢ — ٥)

● « قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون •
والذين هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون • والذين
هم لفروجهم حافظون • الا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم فانهم
غير ملومين • فمن ابتغى وراء ذلك فأولئك هم العادون • والذين هم
لأماناتهم وعهدهم راعون • والذين هم على صلواتهم يحافظون » •
(المؤمنون : ١ — ٩)

● « انما المؤمنون الذين آمنوا بالله ورسوله ثم لم يرتابوا وجاهدوا بأموالهم وأنفسهم فى سبيل الله ، أولئك هم الصادقون » •
(الحجرات : ١٥)

● « انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا تلايت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون » • (الأنفال : ٢)

● « آمن الرسول بما أنزل اليه من ربه والمؤمنون ، كل آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا تفرق بين أحد من رسله ، وقالوا سمعنا وأطعنا ، غفرانك ربنا وإليك المصير » • (البقرة : ٢٨٥)

● « انما المؤمنون اخوة فاصلحوا بين أخويكم ، واتقوا الله نعلمكم ترحمون » •
(الحجرات : ١٠)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « المؤمن من أمنه المؤمنون على أنفسهم وأموالهم » •
(أحمد)

— عن أبى موسى رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » وشبك بين أصابعه •
(متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « لا يلدغ المؤمن من جحر واحد مرتين » • (متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « أكمل المؤمنين ايمانا أحسنهم خلقا ، وخياركم خياركم لنسائهم » •
(الترمذى)

— عن أنس بن مالك رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه » •
(متفق عليه)

— وعن أنس بن مالك رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « انصر أخاك ظالما أو مظلوما » فقال رجل : أنصره اذا كان مظلوما أرايت (أى أخبرنى) ان كان ظالما فكيف أنصره ؟ قال : تحجزه — أو تمنعه — من الظلم فان ذلك نصره » (البخارى)

— عن النعمان بن بشير رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « مثل المؤمنین فی توادهم وتراحمهم وتعاطفهم ، مثل الجسد اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى » .

— « من أخلاق المؤمن : حسن الحديث اذا حدث ، وحسن الاستماع اذا حدث » (٤١) ، وحسن البشر اذا لقي ، ووفاء بالوعد اذا وعد » . (الديلمى)

— « المؤمن مرآة المؤمن اذا رأى فيه عيبا أصلحه » . (البخارى)

— « لا يؤمن أحدكم حتى يكون هواه تبعا لما جئت به » . (الطبرانى)

— « لا يدخل الجنة من لا يأمن جاره بوائقه » (أى غوائله وشروبه) . (مسلم)

— « المؤمن كيس فطن خذر وقاف (أى متأنى) ثبت (أى شجاع) لا يعجل ، عالم ورع » (٤٢) . (الديلمى)

* * *

(٤١) حدث : الاولى بفتح الحاء وتشديد الدال مع فتحها ، والثانية بضم الحاء وتشديد الدال مع كسرهما .

(٤٢) الاحاديث مأخوذة عن : عز الدين بليق ، منهاج الصالحين من احاديث وسنة خاتم الانبياء والمرسلين ، بيروت : دار الفتح للطباعة والنشر ١٩٧٨ ، ص ٨٨ — ٩٢ .

ثانياً — الكافرون :

لقد أشار القرآن الكريم فى كثير من الآيات الى الكافرين ،
ووصفهم بسمات رئيسية يتميزون بها ، تلخص فى الآتى :

١ — سمات تتعلق بالمعتقدات والعبادات : عدم الايمان بالتوحيد
أو المرسل أو اليوم الآخر ، وعدم الايمان بالبعث والحساب • يعبدون
من دون الله ما لا ينفعهم ولا يضرهم •

٢ — سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية والأسرية :
الظلم ، العدوان على المؤمنين فى تصرفاتهم ، النهو عن الحروف ، قطع
صلة الرحم •

٣ — سمات خلقية : نقض العهد ، الشجور واتباع الشهوات ،
الغرور ، التكبر ، الظلم ، الكذب ، عدم الوفاء بالعهد •

٤ — سمات انفعالية وعاطفية : كراهيتهم للمؤمنين وحقدهم عليهم
وحسدهم لهم على ما أنعم الله به عليهم •

٥ — سمات عقلية ومعرفية : جمود التفكير والعجز عن الفهم
والتعقل ، الخنم والطبع على قلوبهم ، التقليد الأعمى لمعتقدات الآباء
وتقاليدهم ، خداع النفس •

ان الصورة التى يرسمها القرآن الكريم لشخصية الكافرين هى
أنهم لا يؤمنون بعقيدة التوحيد ، ولا بالمرسل والكتب المنزلة ، ولا باليوم
الآخر والبعث والحساب ، ولا بالجنة والنار • وهم يقلدوا ما كان عليه
آباؤهم من عبادة الأوثان • وهم أشخاص قد تجمد تفكيرهم وعجزوا عن
ادراك حقيقة التوحيد التى يدعو اليها الاسلام (٤٣) •

ومن الآيات الكريمة التى ذكرت الكافرين :

● « قل يا أيها الكافرون • لا أعبد ما تعبدون • ولا أنتم عابدون

(٤٣) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار
الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٨ — ٢١٩ •

ما أعبد • ولا أنا عابد ما عبدتم • ولا أنتم عابدون ما أعبد • لكم دينكم
ولى دين • (سورة الكافرون)

● « وقال الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر »
(الكهف : ٢٩)

● « أنا هديناه السبيل إما شاكراً وإما كفوراً »
(الانسان : ٣)

● « والذين كفروا يتمتعون ويأكلون كما تأكل الأنعام والنار
مشوى لهم » (محمد : ١٢)

● « لقد كفر الذين قالوا أن الله ثالث ثلاثة وما من إله إلا الله
واحد ، وإن لم ينتهوا عما يقولون ليمسن الذين كفروا منهم عذاب
اليم » (المائدة : ٧٣)

● « ... ومن لم يحكم بما أنزل الله فأولئك هم الكافرون »
(المائدة : ٤٤)

● « أن الذين كفروا سواء عليهم ءأنذرتهم أم لم تنذرهم
لا يؤمنون • ختم الله على قلوبهم وعلى سمعهم • وعلى أبصارهم
غشاوة ، ولهم عذاب عظيم » (البقرة : ٦ - ٧)

وفى الحديث النبوى الكريم :

— أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال فى حجة الوداع :
« لا ترجعن بعدى كفارا يضرب بعضكم رقاب بعض »

— وقال صلى الله عليه وسلم : « من قال لأخيه يا كافر ، فقد
باء به أحدهما ، لأنه إما أن يصدق عليه أو يكذب ، فإن صدق فهو
كافر ، وإن كذب عاد الكفر اليه بتكفيره أخاه المسلم »

ثالثاً — المنافقون :

المنافقون هم فئة من الناس ضعاف الشخصية ومترددون لم

يستطيعوا أن يتخذوا موقفا صريحا من الايمان • وقد ذكر القرآن الكريم سماتهم المميزة لهم والتي تتلخص فى الآتى :

١ — سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات : انهم لم يتخذوا موقفا محددًا من عقيدة التوحيد ، فهم يظهرون الايمان اذا وجدوا بين المسلمين ، ويظهرون الشرك اذا وجدوا بين المشركين • يؤدون العبادات رياء وعن غير اقتناع ، واذا قاموا للصلاة قاموا كسالى •

٢ — سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : يأمرّون بالمنكر وينهون عن المعروف ، يعملون على اثارة الفتن والقتل بين صفوف المسلمين ، يميلون الى خداع الناس ويحسنون صناعة الكلام للتأثير على السامعين ، يكثرّون من الحلف لدفع الناس الى تصديقهم ، يهتمون بمظهرهم لجذب انتباه الناس والتأثير عليهم •

٣ — سمات خلقية : ضعف الثقة بالنفس ، نقض العهد ، الرياء ، الجبن ، الكذب ، الخداع ، البخل ، النفعية والانتهازية ، اتباع الأهواء •

٤ — سمات انفعالية وعاطفية : الخوف من كل من المؤمنين والمشرّكين ، الجبن والخوف من الموت ، يكرهون المسلمين ويحقّدون عليهم •

٥ — سمات عقلية ومعرفية : التردد والريبة وعدم القدرة على الحكم أو اتخاذ القرار ، عدم القدرة على التفكير السليم ولذلك وصفهم القرآن بالطبع على قلوبهم ، يميلون الى تبرير أفعالهم للدفاع عن تصرفاتهم (٤٤) •

ومن آيات القرآن الكريم التى ذكرت المنافقين :

● « المنافقون والمنافقات بعضهم من بعض ، يأمرّون بالمنكر وينهون عن المعروف ويقبضون أيديهم ، نسوا الله فنسيهم ، ان المنافقين هم الفاسقون » • (التوبة : ٦٧)

(٤٤) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ١٤٥ — ١٤٦ •

● « اذا جاءك المنافقون قالوا تشهد انك لرسول الله والله يعلم انك لرسوله والله يشهد ان المنافقين لكاذبون » . (المنافقون : ١)

● « ومن الناس من يقول آمنا بالله وباليوم الآخر وما هم بمؤمنين . يخادعون الله والذين آمنوا وما يخدعون الا أنفسهم وما يشعرون . في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ، ولهم عذاب اليم بما كانوا يكذبون » . (البقرة : ٨ — ١٠)

● « بشر المنافقين بأن لهم عذابا اليما . الذين يتخذون الكافرين أولياء من دون المؤمنين ، أيبغون عندهم العزة فان العزة لله جميعا » . (النساء : ١٣٨ — ١٣٩)

● « ان المنافقين في الدرك الأسفل من النار ولن تجد لهم نصيرا » . (النساء : ١٤٥)

ومن الحديث النبوى الشريف فى هذا المقام :
— عن أبى هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « آية المنافق ثلاث : اذا حدث كذب ، واذا وعد أخلف ، واذا أؤتمن خان » . (متفق عليه)

— « المنافق همزة لمزة (عياب) حطمة (قليل الرحمة) لا يقف عند شبهة ولا عند محرم ، كحاطب الليل لا يبالي من أين اكتسب ولا فيما أنفق » . (الشهاب والديلمى)

● الخلاصة :

تتلخص الآراء المتعلقة بالشخصية التى تم مناقشتها خلال هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — فى « المدرسة الكلية » قدم « ليفين » نظرية المجال معبرا عنها بأنه لا يمكن وصف الشخص الا فى اطار علاقته ببيئته ، مع وجود حد فاصل بين الفرد والبيئة . والسلوك وظيفة المجال الذى يوجد فى

الوقت الذى يحدث فيه السلوك ، ويبدأ التحليل بالموقف ككل ثم تتمايز بعد ذلك الأجزاء المكونة للموقف • وقدم « ألبورت » نظرية السمات مفترضا وجود استعدادات معينة عند الكائن الحي ، وهذه الاستعدادات هى المسئولة عن سلوكه ، على أساس أن السمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد نوعه وكيفيته • وقدم « كاتل » نظريته فى التحليل العائلى ، ويرى أن الشخصية تتكون من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وأنها تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا •

٢ — وفى « المدرسة الكلية البيولوجية » أى العضوية ، قدم كل من « جولدشتين » و « مازلو » آراءه فى الشخصية • وتؤكد النظرية العضوية بصفة عامة وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها ، وتبدأ بالكائن العضوى كنسق منظم ، وتفترض أن الفرد يحركه دافع واحد رئيسى وليس مجموعة من الدوافع ، وهذا ما يسميه « جولدشتين » بتحقيق الذات ، وهو ما يحدد لحياة الانسان اتجاهها ويحقق لها وحدتها • ويركز جولدشتين على أن الكائن العضوى يسلك دائما ككل موحد وليس مجرد أجزاء متميزة ، فالعقل والجسم كيانان مستقلان داخل الفرد • ويرى « مازلو » ضرورة الايمان بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، وأن له حاجات وقدرات وميول بعضها يميز الجنس البشرى بأكمله والبعض الآخر خاص بكل فرد • وأن للانسان طبيعة فطرية خيرة فى جوهرها •

٣ — ان مدرسة « التحليل النفسى » لا تقنع بوصف ظواهر الشخصية على النحو الذى فعلته النظريات السابقة ، بل تفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة • فالشكل النهائى للتنظيم السلوكى المميز لفرد ما — من وجهة نظر « فرويد » — هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى • ويتضمن هذا عند « فرويد » ومدرسته الفكرية وجود طاقة جنسية موروثة عند الفرد ، تدخل فى صراع محتوم مع المجتمع الذى يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التى يفرضها ذلك المجتمع • والفرد — وهو الكائن البيولوجى الذى يدخل فى صراع مع بيئته لا يلبث أن

تنمو عنده باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية، وهذه الأجهزة هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » .

٤ — ويعبر « الفرويديون المحدثون » — وعلى رأسهم أدلر ، ويونج ، رانك ، وهورنى ، وغروم ، وسوليفان — عن آرائهم فى الشخصية على النحو التالى •• يقوم تفسير « أدلر » للشخصية على أساس أن وجود القصور البدنى لدى الفرد يؤثر على حياته فى شتى نواحيها ويزيد من شعوره بالنقص وعدم الأمن ، وأن أهداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر • ويرى « يونج » أن المليدو هو الطاقة النفسية أو طاقة الحياة ، التى تتضمن — علاوة على الجنس — الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية • وتعتبر مفاهيم يونج عن طبولوجية الشخصية من أعم مفاهيمه انتشارا ، وقد ميز نمطين أساسيين فى الشخصية : الانبساط والانطواء • ويعتبر « رانك » أن صدمة الميلاد رهيبية فى حياة الانسان ، فالأم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة • ويحتاج الفرد الى زمن الطفولة للتغلب على صدمة الميلاد ، ويسير الطفل فى اتجاهين مختلفين : الرغبة فى التوحد مع البيئة حتى لا يشعر بالخوف من الاستقلال والفردية (خوف الحياة) ، والرغبة فى الاستقلال والتفرد • أما « هورنى » فترى أن القلق استجابة انفعالية لخطر موجه الى المكونات الأساسية للشخصية ، وغالبا ما يصاحب القلق بعض التغيرات الفسيولوجية • ويرى « غروم » أن الشخصية مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التى تجعل من الفرد شخصا فريدا ، ويحدد خمسة تصنيفات للشخصية وفقا لسلوك السائد هى : الشخصية التلقائية ، والشخصية الاستغلالية ، والشخصية الادخارية ، والشخصية المساوقة ، والشخصية المنتجة • ويركز « سوليفان » على العلاقات الشخصية مع الآخرين ، وتكامل الكائن الحى فى الوسط الذى يعيش فيه ، وأن البقاء الانسانى يحتاج الى تغيير وتفاعل مستمر مع البيئة •

٥ — وفى اطار «نظرية التعلم» يقدم «دولارد» و «ميلر» أربعة

مفاهيم عامة فى عملية التعلم هى : الدافع ، الدليل ، الاستجابة ، والتدعيم . فالدافع يثير الفعل ، والدليل يتولى توجيه طبيعة الفعل أو الاستجابة ، والاستجابة مرحلة هامة فى نمو الكائن الحى ، ومتى صدرت الاستجابة فإن مصيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من تدعيم أو تثبيط (انطفاء) .

٦ — وبالنسبة « لنظرية الذات » يقدم لنا « روجرز » اسم مفاهيمه عن الذات هى : مفهوم الكائن العضوى (الأورجانيزم) الذى هو الفرد ككل ، ومفهوم المجال الظاهرى الذى هو مجموع الخبرات الفردية أو الخبرات فى كلياتها ، ومفهوم الذات وهى ذلك الجزء من المجال الظاهرى الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة بالذات أو الفرد كمصدر للخبرة والسلوك . ويتقسم « سينج وكومز » المجال الظاهرى الى قسمين : الذات الظاهرية ، ومفهوم الذات .

٧ — عرض القرآن الكريم نماذج وأنماط مختلفة للشخصية الانسانية من ناحية العقيدة ، وحددها فى ثلاثة أنماط من الشخصية هى : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون . ويتميز « المؤمنون » بالايمان بالله وكتبه ورسله وملائكته واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنة والنار ، والقدر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، وتقوى الله واستغفاره ، وحسن معاملة الناس والتمسك بالأخلاق الحميدة ، واطاعة الوالدين ورعاية الأسرة ، والصبر ، والحلم ، والعدل ، والأمانة ، والتحكم فى أهواء النفس . وحب الله والخوف من عذابه ، والتحكم فى الانفعالات ، والتفكير فى الكون ، وحرية الفكر والعقيدة ، والاخلاص فى العمل ، والعناية بالنظافة والصحة . ويتصف الكافرون بعدم الايمان ، والظلم والعدوان ، وسوء الخلق ، والكراهية والحقد للمؤمنين ، وجمود التفكير . ويتصف « المنافقون » بعدم اتخاذ موقف محدد من عقيدة التوحيد ، والرياء فى أداء العبادات ، وضعف الثقة بالنفس ، والجن ، والكذب والخداع ، وكراهية المسلمين والحقدهم ، والفرود والريية ، وعدم القدرة على اتخاذ قرآد ، والميل الى التبرير للدفاع عن تصرفاتهم .

الفصل الثالث

مَلاحِجُ الشَّخْصِيَّةِ السَّوِيَّةِ

يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد فى سنى حياته المختلفة ، وتنمو فيها انفعالاته ورغباته واستعداداته ، وتستكمل خلالها شخصيته ، ويتم هذا فى اطار صحته النفسية بوجه عام .
وتبدو مظاهر النمو النفسى فى النواحي الآتية :

١ - التكيف .

٢ - اشباع الحاجات الأساسية .

٣ - تحقيق الشخصية السوية .

وسنناقش كل عنصر من هذه العناصر باختصار (١) .

أولا - التكيف :

ليس هذا مجال مناقشة التكيف بأسهاب ، حيث سنتناوله بأسهاب فيما بعد . فالتكيف عملية ديناميكية مستمرة يستهدف بها الشخص تعديل سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا مع بيئته . ويمكن القول بأن التكيف هو القدرة على ايجاد العلاقات المشبعة بين الفرد وبيئته ، سواء أكانت هذه البيئة طبيعية أو ثقافية أو اجتماعية . وهناك عوامل أساسية لها أكبر الأثر فى احداث التكيف لدى الأفراد ، ومن أهمها :

١ - توافر المهارات اللازمة لدى الفرد لأشباع حاجاته الأساسية .

٢ - أن يعرف الانسان نفسه ، ويتضمن هذا : أن يعرف الحدود والامكانيات التى يستطيع بها أن يشبع حاجاته ، وأن يدرك قدراته واستعداداته ومهاراته .

٣ - أن يتقبل الانسان ذاته بواقعية .

٤ - المرونة والتوافق بالنسبة للمؤثرات المختلفة .

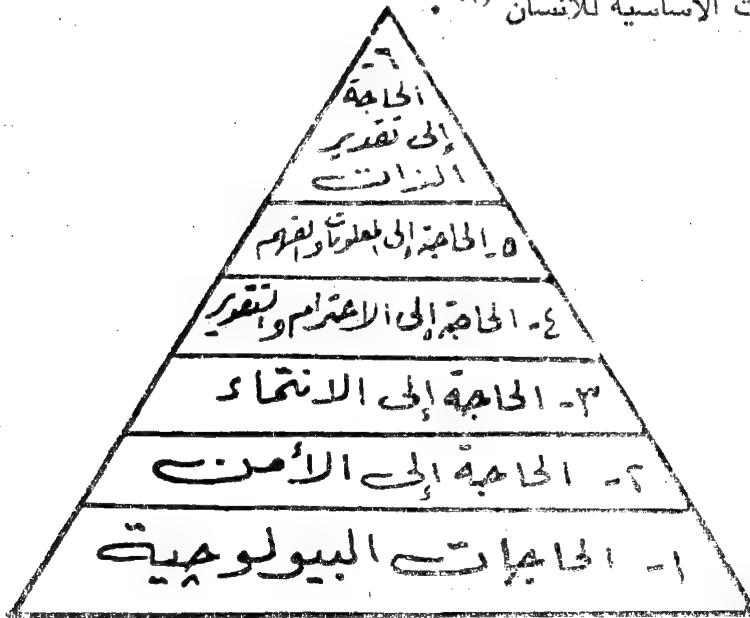
٥ - المسالمة وتجنب الصراع .

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى .
القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٢ - ١٥ .

ثانياً - اشباع الحاجات الأساسية :

لكي ندرك أهمية الدور الذي يقوم به العمل في حياة الفرد يجب أن ندرك أولاً الحاجات الأساسية للفرد . فغلقنا خطأ الفكرة القديمة القائلة بأن الانسان يعمل لمجرد الحصول على القوت ، ويكفى للتدليل على خطأ هذه الفكرة أن نذكر أنه كان من الواجب - تصديقاً لهذا الرأي - أن يقف العمل وينتهي بمجرد حصول الفرد على ما يسد رمقه ، ولكن الانسان لم يقيم ببناء حضارته بهذه الوسيلة البسيطة التي تستهدف مجرد الحصول على القوت . ولقد أثبتت دراسات الروح المعنوية في الصناعة أن العمل ينطوي على أشياء كثيرة بالنسبة للفرد بخلاف الحصول على أجر .

ومن وجهة النظر المهنية ، فقد نظمت الحاجات الأساسية بطريقة هرمية بالنسبة لقوة هذه الحاجات وفعاليتها . ويلاحظ أن كل حاجة من الحاجات الأساسية لا تعلن عن وجودها الا اذا أشبعت الحاجة التي تسبقها في الترتيب الهرمي . ويوضح الشكل رقم (١) الترتيب الهرمي للحاجات الأساسية للانسان^(١) .



شكل (١) الحاجات الأساسية للانسان

Maslow, A., Motivation and Personality. New York : Harper, 1954, 12. (٢)

ثالثا - تحقيق الشخصية السوية :

ان ما يميز الشخصية السوية عن الشخصية المضطربة أو المنحرفة ليس هو شكل السلوك أو الأفعال نفسها التى تصدر عن الفرد وانما وظيفة هذا السلوك أو ما يحققه من أغراض وأهداف . فالسلوك السوى هو الذى يحقق مواجهة واقعية للمشكلات أو الصراع وليس هروبا منها . وبمعنى آخر فان الشخصية السوية المتكاملة هى التى يتميز سلوكها بأنه واقعى بناء وليس سلوكا هروبيا هداما . واذا سلمنا بأن التكامل هو أدل الشئ لوظيفته وأن هذه الوظيفة تحددها طبيعة الشئ الذى يؤديه ، كان معنى ذلك أن السلوك يعتبر سويا أو متكاملا أو متكيفا بمقدار ما يعكسه هذا السلوك من خصائص الانسان ومميزاته الطبيعية التى يمتاز بها عن غيره من أعضاء المملكة الحيوانية .

ويشترك الانسان مع الحيوان فى كثير من الصفات ، الا أن تكامله لا يقوم على تنمية هذه الصفات التى يشترك فيها مع باقى أعضاء المملكة الحيوانية ، بل على تحقيقه للامكانيات التى ينفرد بها .والتى تميزه عن سائر الحيوانات . وأولى تلك الامكانيات هى قدرة الانسان على الكلام . . فالانسان يستطيع أن يستخدم اللغة ليتذكر ، أو ليسترجع الحوادث والأحداث الماضية ، وليعالج الأشياء الملموسة وغير الملموسة ، وليسقط خبرته الماضية على المستقبل ، وبمعنى آخر يستطيع أن يعالج الأمور والأشياء على مستوى تخيلى . وهذه القدرة الرمزية هى التى تجعل الانسان يفكر فى الماضى وفى الحاضر والمستقبل غير الحسى ، وتساعد قدرته اللغوية على أن يتعلم من خبراته ومن خبرات الآخرين الذين سبقوه مع اختلاف الزمان والمكان ، كما تساعد على أن يتنبأ بما يمكن أن يترتب على سلوكه الخاص قبل أن يسلك وأن يكون له مثل عليا وقيم يسلك على أساسها . . هنالك اذن صفات ثلاث أساسية تعتمد على استخدام الرموز اللغوية وتميز الانسان عن غيره من الكائنات الحية ، وهذه الصفات هى : القدرة على الاستفادة من الخبرة السابقة ، والتحكم فى السلوك بناء على التنبؤ بنتائجه قبل (٦ - الشخصية السوية)

وقوعها ، وأخيرا القدرة على استحضار ما ليس له وجود فى الواقع
الموس .

وهناك مجموعة أخرى من الصفات المميزة للانسان ، وهى تلك
التي تتعلق بفترة طفولته الطويلة ، تلك الفترة التي يظل فيها مدة من
الزمان معتمدا على غيره من الكبار بحيث لا يستطيع أن يشبع حاجاته
الأساسية الا عن طريق الكبار المحيطين به . ويتكون عند الطفل خلال
هذه المرحلة الطويلة اتجاهان مهمان : الاتجاه الأول هو أن استمرار بقائه
واشباعه لحاجاته الأساسية لا يمكن أن يتحقق الا عن طريق اعتماده
على غيره ، والاتجاه الثانى هو أن الانتقال الى مرحلة الرشد والتمتع
بحقوق الكبار واتخاذ مكانتهم يرتبط باستمرار بتحمل المسئولة والعمل
على اشباع حاجات الآخرين . والنقطة الهامة هنا هى أنه مهما يكن
نوع المجتمعات التي يعيش فيها الأفراد فانهم لا بد أن يعتمدوا بعضهم
على البعض الآخر ، سواء أكان ذلك على مستوى علاقة الآباء بالأبناء
أو على مستوى العلاقات الاجتماعية . وهذا النمط المميز للحياة
الانسانية هو الذى يضاف عليها الصفة الاجتماعية ، تلك الصفة التي
يتميز بها الانسان عن سائر أعضاء المملكة الحيوانية .

هذه هى الامكانيات التي يتميز بها الانسان عن غيره من الحيوانات
وعلى أساس هذا التحديد للامكانيات الانسانية يمكن أن نقدم مفهوما
واضحا للشخصية السوية ، وأن ندرك معنى السلوك السوى الإيجابى
المتكامل بطريقة مفيدة ومثمرة . فاننا نستطيع أن نستنبط من هذه
الخصائص التي تتميز بها الطبيعة الانسانية صفات معينة ، لو تحقققت
فى أحد الأشخاص أو أمكن غرسها فيه بطريقة ما ، لكان هذا الشخص
هو ما نعنيه عندما نتحدث عن الشخص السوى ، ولكان سلوكه هو
ما نقصده عندما نتكلم عن السلوك المتكامل .

● المميزات السلوكية للشخصية السوية :

تتميز الشخصية السوية بالمميزات السلوكية الآتية (٣) :

(٣) محمد عباد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى . القاهرة
مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣٢ — ١٤٩ .

١ — القدرة على التحكم في الذات :

من الواضح أنه كلما نمت عند الفرد القدرة على التفكير الرمزي الموضوعى — التى على أساسها يستطيع أن يتنبأ بنتائج الأشياء قبل حدوثها — ازدادت بالتالى قدرته على التحكم فى سلوكه عن طريق توقع النتائج التى يمكن أن تترتب عليه فى المدى البعيد •

٢ — تحمل المسؤولية وتقديرها :

يستمد الشخص السوى قدرته على الضبط والتحكم فى سلوكه من تقديره الشخصى للأمور وتقديره مبنيا على موازنة النتائج وتمحيصها • وكلما زادت القدرة على الضبط الذاتى كلما قلت الحاجة الى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجية • والشخص السوى هو الذى يعتبر نفسه مسئولا عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر •

٣ — التعاون :

ان اعتماد الناس بعضهم على البعض الآخر وخاصة فى المجتمع المعاصر هو جزء أساسى من حياتهم الاجتماعية • وعلى هذا الأساس يصبح الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يحقق هذه الطبيعة الاجتماعية ، وهو الذى يعتمد عليه الآخرون ، كما أنه يقر فى الوقت نفسه بحاجته الى الآخرين •

٤ — القدرة على الثقة المتبادلة :

ان اعتراف الشخص بحاجته الى الآخرين يتضمن أيضا القدرة على تكوين علاقات شخصية وثيقة بهم ، أى علاقات مبنية على الثقة المتبادلة • وهذه الصفة الهامة للشخصية السوية هى التى يمكن أن نعبر عنها بالقدرة على المحبة والود • فالشخص السوى هو الذى يستطيع أن يقيم علاقات مع الآخرين أساسها المحبة والود والتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة •

٥ — الانسانية :

الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يبذل وأن يمنح كـ

يستطيع أن يأخذ ، سواء أكان ذلك مع أسرته أو أصدقائه أو زملائه أو رؤوسيه ، وسواء أكان ذلك فى جماعات يعرفها وينتمى إليها أو مع جماعات أخرى ، مع جماعات يتفق معها فى الرأى والعقيد أو مع جماعات يختلف معها فى الاتجاهات والأفكار . فالإنسان مهما كانت حاله فإنه مدين للإنسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بنتائج العقول والأفكار التى سبقته وأثرت على نوع الثقافة التى يعيش فيها . ان الإنسان مدين بكل هذا الى الإنسانية جمعاء ، التى لولاها ما كانت حضارته بجميع مظاهرها . ومن شأن هذا كله أن يجعل على الإنسان واجبا لابد أن يؤديه للمجتمع الإنسانى الكبير الى جانب مجتمعه الصغير . ولهذا كان من الطبيعى أن نتصور الشخصية السوية المتكاملة بأنها تلك التى تسهم فى خدمة الإنسانية جمعاء ، وأن تفعل ذلك فى حدود امكانياتها .

٦ - الديمقراطية :

ان الشخص السوى هو الذى يعمل للإنسانية جمعاء ، كذلك فان الشخص السوى هو الديمقراطى . ففكرة الديمقراطية — كفكرة الإنسانية — ترتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم الشخصية السوية . فالديمقراطية ليست سوى العناية بالآخرين والاهتمام بهم ووضع قيمة الإنسان فوق قيمة الأشياء ، والسعى الى ايجاد علاقات مثمرة مع أى قوم من الناس والعمل على خلق التفاهم وتبادل الرأى والمشورة والمساعدات بينهم . وان البعد عن هذه الأهداف معناه — فى الواقع — الخوف من الناس والحد من امكانية انشاء الصداقات ، كما يعنى أيضا امكانية السيطرة على الآخرين ، وبذلك تتعرض القيم الإنسانية للخطر فتتعدم الثقة بين الناس وينعدم التعاون .

٧ - مستوى الطموح :

الشخص السوى هو الذى يضع نصب عينيه مثلا ومستويات يسعى للوصول إليها ، حتى لو كانت فى بعض الأحيان بعيدة المنال . فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل معناه الجهد والعمل

انستمر طبقا لخير ما يمكن أن يتصوره الفرد من مبادئ • ولكي يتحقق هذا يجب أن تكون الأهداف واقعية وفى اطار امكانيات الفرد ، حتى لا يتعرض للشعور بالاحباط والافاق والفشل •

ان هذا النموذج الذى رسمناه للشخصية السوية — باعتبار أنها الشخصية التى تتميز بالقدرء على ضبط الذات وتوجيهها وتحمل المسئولية الذاتية والمسئولية الاجتماعية واعتناق المبادئ الانسانية والقيم الاجتماعية الديمقراطية — لا يتضمن تصور الشخصية السوية فى سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الصراع ، أو الشخصية التى تعيش دون مشاكل • فالشخص السوى قد يعجز أحيانا عن تحقيق أهدافه ، وقد يدفعه جهله بالعالم المعقد الذى يعيش فيه والضغوط التى يواجهها الى اتخاذ أسلوب غير ملائم من السلوك ، كما لا تخلو تماما من الخوف أو القلق أو الصراع • فمفهوم الشخص السوى اذن لايتضمن الخلو التام من الخوف أو القلق أو الصراع ، بل ان الذى يميز السوى عن غيره هو طريقة مواجهة الصراع والخوف والقلق وإيس الخلو منها • والشخص السوى هو الذى يتعلم أن يواجه صراعه واخفاقه بالحكمة بدلا من الشعور بالعداوة الشديدة أو الخوف أو الانطواء ، وهو الشخص الذى يتمتع بدرجة عالية من احترام الذات ومن اجتذاب الآخرين نحوه وحصوله على حبههم وتقديرهم اياه • وأخيرا فان التوافق المتكامل الذى يميز سلوك الشخص السوى لا يعنى أن يسلك الشخص طبقا لمواصفات جامدة يتعين عليه اتباعها كما هى دون تصرف • فسلوك الأفراد متنوع ومتعدد الى حد كبير ، ويتطلب كل ظرف تصرفا مناسباً كما يتطلب كل زمان ومكان ميلائمه من السلوك • ويعتبر الشخص سويا فى تصرفاته وفى سلوكه بالدرجة التى يحقق بها سلوكه الامكانيات التى يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ألا وهى الامكانيات الرمزية والامكانيات الاجتماعية •

وهناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها ••

١- فقد حاول « روجرز » ^(٤) مؤسس مدرسة « الارشاد النفسى المتركز حول العميل » أن يوضح الخصائص العامة للشخصية السويّة والتي تتلخص فيما يأتى :

(أ) أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرته مهما كان نوعها ، بمعنى ألا ينكر الفرد أو يشوه أى ادراك حسى أو انطباعات من أجل تجنب خبرة مهددة لتكوين ذاته ، بل انه يسعى الى ادراك خبراته الداخلية مهما كانت غير سارة .

(ب) أن يعيش الانسان بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا . وهذا يعنى أن لدى الشخص شعورا داخليا بأن يتحرك وينمو ويأمنه لا توجد لديه تصورات مسبقة عما سيكون عليه أخيرا كشخص .

(ج) أن يجد الشخص فى تركيبه وسيلة موثوقا بها للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية . وأنه يفعل مايشعر بأنه الصواب من وجهة نظره ومن تكوين ذاته المعتمد على خبراته . وهذه الخصائص والصفات تجريبية ، وليست صورا من قبيل التمنى . وقد وصل « روجرز » الى هذه الخصائص من واقع خبرته وتجاربه الاكلينيكية فقد لاحظ أشخاصا غير سعداء ويشعرون بالتعاسة فى حياتهم ، وعندما استخدم معهم وسائل الارشاد النفسى غير المباشر لاحظ التغير الذى طرأ على شخصياتهم عندما تصبح الظروف طيبة ^(٥) .

٢ - يرى « سوليفان » ^(٦) بأن الدراسة المحببة للطب النفسى ليست دراسة الشخص كما هو ، بل من حيث علاقته مع الآخرين . ويرى « سوليفان » أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية الى المدى الذى يصبح فيه واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة . ويعنى ذلك أن

Rogers, G., *Counseling and Psychotherapy*. Boston, (٤)

Mass : Houghton - Mifflin, 1942, 11 .

Rogers, G. ; *Ibid*, 1 . (٥)

Sullivan, H. ; *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York : Norton. 1953, p.p. 110 - 111 . (٦)

الشخص يحقق الشخصية السوية إذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة • وعن طريق المعتقدات والمعلومات الدقيقة يستطيع الشخص أن يحصل على اشباع وأمن دائمين يراها « سوليفان » كفايات أو أهدافا رئيسية للسلوك • ويرمز الاشباع — فى رأى سوليفان — إلى اشباع الحاجات البيولوجية ، ويرمز الأمن إلى الحصول على استجابات من الآخرين حاملة لمعانى المحبة والمثانة والتقدير منهم للشخص •

٣ — ويرى « ايريك فروم » ^(٧) أن الشخصية السوية تتحقق إلى المدى الذى يظهر فيه الشخص اتجاها منتجا • والاتجاه المنتج هو طريقة الفرد لاشباع حاجاته بطريقة أفضل ، بمعنى أن الانتاجية عبارة عن انتاج الأشياء والظروف الضرورية للنمو والسعادة • وصاحب الشخصية المنتجة قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته بما يؤدي إلى انتاج كل ما هو ضرورى لجعله سعيدا متمتعاً بصحة نفسية سليمة •

٤ — وأوضحت « كارين هورنى » ^(٨) أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هي أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة • والشخص المنفصل عن ذاته غير سوى • والشخص الذى يعرف ذاته ويحس بمشاعره وارادته ويقر بمسئوليته تجاه تصرفاته يعبر عن شخصية سوية •

٥ — واعتبر « أدلر » ^(٩) أن « الشعور الاجتماعى » مؤشر للشخصية السوية • ويرمز الشعور الاجتماعى إلى الشعور بالتمسك مع كل البشر • وصاحب الشخصية غير السوية — بالنسبة لأدلر — هو الذى يكرس كل طاقاته للحصول على القوة ليخلص نفسه عن مشاعر

Fromm, E.; *Man for Himself*. New York : Holt, (٧)
1947, p.p. 82 - 106 .

Horney, K. ; *Neurosis and Human Growth*. New (٨)
York : Norton, 1950, 1

Adler, A.; *Understanding Human Nature*. New York : (٩)
Greenberg, 1929, P.P. 30 - 32 .

النقص ، ويدفع هذا التعويض الشخص إلى التنافس مع الآخرين بدلا من سعيه للحصول على تعاونهم معه ومحبتهم إياه •

٦ - واعتبر « مازلو » ^(١٠) أن « الشخص المحقق لذاته » يتميز بشخصية سوية • ويرمز تحقيق الذات إلى عملية تحقيق القوى الكامنة الفطرية في الشخص • وفي رأيه أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه رصيد من إشباع حاجاته الأساسية • وإذا ما تحققت أو أشبعت هذه الحاجات تماما فإنه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة تحقيق الذات - كالإنتاج العلمي ، أو العمل الفني ، أو العمل التنظيمي • وحدد « مازلو » مجموعة من الخصائص يتصف بها الشخص المحقق لذاته تتلخص في : إدراك الواقع والتوافق معه ، وتقبله لذاته وللآخرين ، والتلقائية ، والاحساس برسالته في الحياة ، والاستقلال الذاتي ، والشعور بالانتماء والتوحد مع بني الإنسان ، والعلاقات الشخصية العميقة المتبادلة ، والتمييز بين الوسائل والغايات ، والخلق والابداع ، والحاجة إلى العزلة والخلوة الذاتية •

٧ - لفت « رانك » ^(١١) الأنظار إلى « الخلق والابداع » كأساس للسلوك السوي • والشخص الذي يظهر روحا خلاقة هو الذي يتقبل ارادته وفرديته ويؤكددها ، كما أنه لا يخاف التجديد خشية الاختلاف مع الآخرين •

وفي ختام هذه المناقشة عن خصائص الشخصية السوية ، يبدو من المعقول إبراز النقاط الآتية :

أولا - يمكن تحليل السلوك إلى نتائج مترتبة على إشباع الحاجة • وما دامت الحاجات تشير إلى تقدير ما هو فعال لتحقيق غايات متعددة لها قيمة ، فإنه يمكن تحديد الحاجات الأساسية للإنسان في الآتي : الحاجات البيولوجية ، والحاجة إلى الأمن ، والحاجة إلى الانتماء ، والحاجة إلى الاعتراف والتقدير ، والحاجة إلى تحقيق الذات •

Maslow. A.; **Motivation and Personality**. New York : (١٠)

Harper, 1954, 12

Rank, O. ; **Will Therapy and Truth and Reality**. (١١)

New York : Knopf, 1945, P.P. 111 - 112

ثانياً — يعتبر الاتصال بالواقع من مؤشرات الشخصية السوية ويتصل الشخص بالواقع عندما يكون ادراكه الحسى ومعتقداته صحيحين. واننا نحصل على معتقداتنا عن العالم الذى نعيش فيه عن طريق الادراك الحسى ومن الحدس والذاكرة والخيال • وهذه المصادر عرضة للخطأ كما أن المعتقدات المستمدة منها قد تكون غير صحيحة الا اذا تعرضت لاختبار واقعى • وهذا يعنى مقارنة هذه المعتقدات بالدليل الملموس ودراسة مدى اتفاقها مع معتقدات أخرى راسخة •

ثالثاً — يحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى تعترضه •• فهو يحتاج الى الآخرين ليتصرفوا بطرق تشبع حاجاته التى لا يستطيع أن يشبعها بسلوكه الخاص المستقل • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بطرق تدعم تقديره لذاته وتجعله يشعر بالأمن أى التحرر من أى خوف أو خطر بالحرمان أو العدوان أو من الأخطار المترتبة على نبذه ورفضه وعدم تقبله من الآخرين • ويستخدم مصطلح السلوك الشخصى المتبادل للتعبير عن سلوك شخص فى علاقته بشخص آخر ، وهو سلوك صحى تلقائى متغير مرن ، ويعبر عن الذات الحقيقية للفرد •

رابعاً : للعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية هى :

- ١ — أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر •
- ٢ — يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها •
- ٣ — يشعر كل طرف باهتمام نحو الآخر وسعادته •
- ٤ — يتصل كل طرف اتصالاً كاملاً بالآخر •
- ٥ — يفرض كل طرف مطالب وتوقعات معقولة على الآخر •
- ٦ — يحترم كل طرف حق الآخر فى تقرير شئونه •

خامساً : تعتبر ذات الفرد محددات هاماً لسلوكه • ويمدنا تكوين الذات بحدود معينة لسلوكنا الصريح ولخبرتنا الذاتية • وبصفة عامة يسعى الشخص الى التصرف بطرق تتفق مع بناء ذاته ، ويقيد أفكاره

ومشاعره ورغباته فى حدودها • ويتكون مفهوم الذات من كل المعتقدات التى يحملها الشخص عن نفسه ، مثل القرارات المتعلقة بأنماط استجاباته لمواقف الحياة المختلفة •

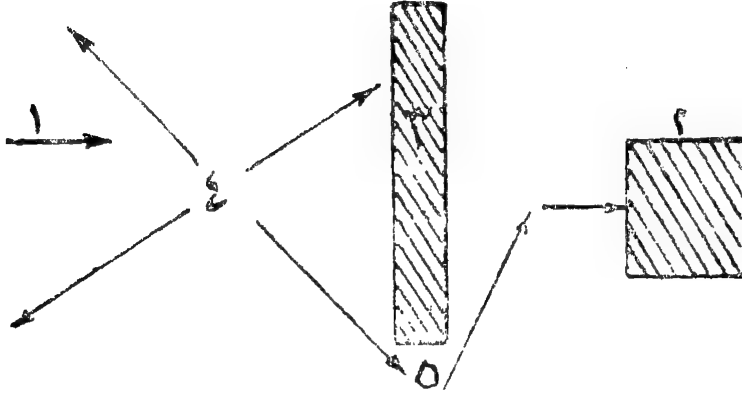
الصحة النفسية والتكيف

تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث فى بيئتها من تغير •• فعندما يطرأ تغير على البيئة التى يعيش بها الكائن فانه يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته ، فاذا لم يجد اشباعا لهذه الحاجات فى بيئته فهو اما أن يعمل على تعديلها أو يعمل على تعديل حاجاته ، وهذا النوع من السلوك يسمى « بالتكيف » (Adjustment) ، فالتكيف يشير الى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد الى مستوى معين هو المستوى المناسب لحياته اذا لم يحدث تكيف على الاطلاق فان الكائن يموت •

واذا أشبعت جميع دوافع الانسان فى الحال اشباعا سهلا فلن تصبح هناك حاجة لعملية التكيف ، ولكن ذلك لا يحدث فى كثير من الأحوال • فهناك عقبات معينة تحول دون الاشباع المباشر للدوافع •• فمثلا قد تستثار لدى الفرد دوافع للسيطرة والسيادة أو الشهرة والمكانة المرموقة ، وقد لا يستطيع اشباع هذه الدوافع وإزالة التوتر الناجم عنها فى الحال ، وقد يكون سبب ذلك بعض العقبات الخارجية كالمنافسة التى يجدها عند أشخاص آخرين تحركهم نفس الدوافع ، أو قد يرجع ذلك الى عقبات أخرى داخلية ناجمة عن نقص فى قدراته • ولكن من شأن الدافع القوى متى استثير أن يجعل الفرد فى حالة نشاط وحركة حتى تحدث استجابة تشبع الدوافع وتزيل التوتر • وهذه الأفعال التى تظهر عندما يستثار الدافع وتنتهى عندما يشبع هى التى تسمى فى مجموعها بعملية التكيف •

● عملية التكيف :

يمكن أن نوضح عملية التكيف بالشكل الآتي (١٢) :



شكل رقم (٢) — عملية التكيف

شخص يسلك سلوكا معيناً (١) مدفوعاً بدافع معين نحو الهدف (٢) الذي يشبع هذا الدافع ، وعندما تعترضه عقبة (٣) فإنه يقوم بأفعال أو استجابات مختلفة (٤) حتى يجد أنه باستجابة معينة (٥) يتغلب على هذه العقبة ويصل الى هدفه (٢) ويشبع حاجته . والخطوات الرئيسية في هذا التسلسل الذي يرمى الى التكيف ترجع الى استمرار وجود الدافع ، فإذا وجد عائق يحول دون الاشباع المباشر فإن الكائن يقوم بعدة استجابات مختلفة ليزيل التوتر ويشبع حاجته . وتتوقف قوة الاستجابات واستمرارها الى حد كبير على شدة الدافع أولاً ، ثم على العوائق التي تحول دون الاشباع المباشر وتثير استجابات مختلفة تؤدي الى خفض التوتر أو الى الاشباع ، كما تتوقف أيضاً على قدرة الفرد على ادراك الموقف الذي يتطلب تكيفاً .

وقد يكفي ظهور أى عائق أمام الدافع حتى تبدأ عملية التكيف، ولكن قوة الاستجابات واستمرارها تتوقف بدرجة كبيرة على شدة الدافع . ففي كل يوم من حياتنا تحدث عدة عمليات للتكيف بالنسبة

للكثير من الدوافع ، واذا كان الدافع وقتيا عابرا فقد يختفى قبل أن توجد طريقة للاشباع ، ولكن هناك دوافع قوية تتعلق بالجماعة التي يعيش فيها الفرد كالرغبة فى السيطرة والتفوق والمكانة الاجتماعية المرموقة مما له أكبر الأثر فى مشكلات التكيف . وان اعاقه مثل هذه الدوافع يؤدى الى نشاط مستمر لا يتوقف الا اذا حدث نوع من الاشباع ولو كان اشباعا غير سوى .

● مؤشرات التكيف والصحة النفسية :

هناك علامات أو مؤشرات يمكن أن تنيدنا فى الاستدلال على التوافق والصحة النفسية للأفراد ، ومن أهم هذه المؤشرات ما يأتى (١٣) :

١ — مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته :

يختلف الناس من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وامكانياتهم الشخصية فى شتى المجالات ، وطبقا لبدأ الفروق الفردية فاننا نختلف فى هذه النواحي اختلافات واسعة . واحدى وسائل التعرف على الصحة النفسية لشخص من الأشخاص هى أن نسأل : الى أى حد يدرك هذا الشخص حقيقة وجود الفروق الفردية بين الناس ومدى اتساع هذه الفروق ؟ وكيف يتصور هذا الشخص نفسه بمقارنتها بالآخرين ؟ وما هى قدرته عن حدود قدراته وميزاته الشخصية وما يستطيعه وما لا يستطيعه ؟

اننا قد نجد بعض الأشخاص ممن يدركون أنفسهم على حقيقتهم ، ويفهمون ذواتهم فهما واقعيًا عن وعى واستبصار ، وفى ذلك ما يهيم لهم أن يتجنبوا مواقف الاحباط والافئاق والفسل ويساعدهم على الانجاز السليم وتحقيق أهدافهم والتوافق فى حياتهم . ولكننا فى ذات الوقت نلاحظ أن الكثيرين يميلون الى المبالغة فى تصور قدراتهم

(١٣) صموئيل مغاريوس : الصحة النفسية والعمل المدرسى . القاهرة مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ ، ص ٥٥ — ٦٠ .

ويتوهمون فى أنفسهم أكبر من طاقاتهم ، كما يحاول البعض الآخر أن يقلل أو يهون من شأن نفسه ويركز على نواحي قصوره وعيوبه ونقائصه ولا يستطيع — بسبب ما يعانىه من الشعور بالنقص — أن يرى امكانياته على حقيقتها بوضوح •

ونستطيع أن ندرك بسهولة كيف أن تصور الفرد الخاطيء لنفسه أو عدم تقبله للحقائق الموضوعية المتعلقة بشخصه ، لا يؤدى الى توافقه وتكيفه النفسى أو الى حسن تعامله مع الآخرين •

٢ — مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية :

اننا نلاحظ أن بعض الأفراد يتميزون بالقدرة على اقامة علاقات اجتماعية موفقة مع الآخرين وعقد الصداقات وتدعيم الروابط فى الجماعات التى يتصلون بها • وتعتبر هذه العلاقات الاجتماعية سندا وجدانيا هاما وأحد مقومات انصحة النفسية •

اننا بحاجة شديدة الى الشعور بالانتماء ، والى تقبل الآخرين وتقديرهم لنا واعترافهم بنا ، والى احساسنا كذلك بأننا نستطيع أن نسهم بايجابية فى المجموعات التى ننتمى اليها ، وأن نكون أعضاء نافعين فى هذه الجماعات ، حتى نحقق التوافق والاشباع فى حياتنا • واذا ما كانت علاقة الفرد مع زملائه أو رفاقه علاقة سيئة متدهورة ، فان ذلك من شأنه أن يؤثر على معنوياته وعلى توافقه النفسى •

ومعنى هذا أن النجاح أو الفشل فى اقامة علاقات مثبعة فى مجال الأسرة والصداقة والزمالة هو أحد المعايير الأساسية للتوافق والصحة النفسية •

٣ — مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه :

هناك بعض الأفراد الذين يؤدون أعمالا وهم كارهون ، أو أعمالا غير ملائمة لقدراتهم وامكانياتهم واستعداداتهم اذ قد تكون متطلبات هذه الأعمال أكثر مما يستطيعه الشخص أو أقل منه • فقد نجد شخصا

يؤدي عملا روتينيا متكررا لا يسمح بالابتكار أو التعديل أو التغيير ،
فى حين أن الشخص تتوافر لديه قدرات ابداعية وابتكارية ، وحينئذ
يشعر الشخص بنفور من العمل ولا يرضى عنه ولا يحقق الكفاية
الانتاجية المنشودة • وعلى العكس من ذلك ، اذا كان العمل يتطلب
قدرة تحليلية أو ابتكارية لا تتوافر لدى الشخص القائم به ، فإنه
سيشعر بأن متطلبات العمل فوق مستواه ويشعر بقصوره وعجزه مما
يؤدي الى الاحباط ، وقد ينعكس هذا على حياته بصفة عامة فيقضى
مضجعه وينغص حياته ويصبح قلقا لا يستقر على حال • هذا بالاضافة
الى مدى ما يحققه العمل من اشباع لحاجات الفرد المادية والمعنوية •
ان وضع الفرد المناسب فى العمل الملائم من أهم الموضوعات
التي يتصدى لها العلم الحديث •• فهناك فرع من علم النفس وهو
« علم النفس المهني » الذي يستهدف المواءمة بين الفرد والعمل ،
ويتضمن جانبين هامين : الأول هو : « التوجيه المهني » الذي يرمى الى
مساعدة الفرد على اختيار الأعمال التي تتناسب مع قدراته واستعداداته
وميله وميزاته الشخصية وخبراته بما يحقق له الرضا والاشباع •
والثاني هو « الانتقاء المهني » الذي يستهدف انتقاء أصلح فرد لأداء
العمل بنجاح •

٤ - مدى كفاءة الفرد فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية :

تختلف قدرة الناس على تحمل المشاق ومواجهة مشكلات الحياة
اليومية •• فنجد بعض الناس ينزعجون انزعاجا شديدا عند حدوث
أى تغيير غير متوقع فى مجرى الأمور أو لعدم حصولهم على ما يريدون ،
وقد يصل الأمر بهم الى الاضطراب والانهيار لمجرد تعرضهم للاحباطات
البسيطة • وعلى العكس من ذلك فهناك من الناس من يستطيع أن
يواجه مشكلات الحياة وأحداثها اليومية بصلاية وقوة مع درجة عالية
من التحمل والصمود ، فيستطيع أن يواجه مواقف الاحباط باتزان وهدوء
دون تسرع أو تخبط •

ان درجة مواجهة المشاق وتحمل الصعاب تعتبر من أهم مقاييس
الصحة النفسية واحدى المؤشرات للتكيف السليم •

٥ - تنوع نشاط الفرد وشموله :

يقصر بعض الناس اهتمامتهم على جانب واحد فقط من جوانب نموه كأن يركز على تنمية مداركه العقلية أو قواه الجسمية أو على الدراسة والتحصيل دون العناية بجوانب النمو الأخرى • ولكن الاستمتاع بالحياة والتجاوب معها يستلزم العناية بأنواع متعددة من المعارف والمهارات ، ويقتضى الحرص على النمو المتكامل ألا نهمل ناحية من نواحيه ولا نسمح بجانب واحد أو مظهر من مظاهر النمو بأن يطغى على الجوانب والظواهر الأخرى • اننا بحاجة الى أن تنمو معارفنا ومداركنا ، كما نحتاج الى تنمية الكثير من المهارات الحركية والفنية والعملية ، كما نحتاج الى العناية بالنمو الجسمي ، هذا بالإضافة الى الاهتمام بتنمية علاقاتنا الاجتماعية ، الى غير ذلك من أبعاد النمو المختلفة •

وهناك فرق كبير بين أن تكون اهتمامات الشخص ضيقة ومحدودة وبين أن تتسع اهتماماته وميوله فتشمل نواحي الحياة المختلفة • فاذا صادف أحد الأفراد احباطا أو فشل في حياته عند محاولة تحقيق هدف معين فانه اذا لم يكن قد اختار هدفا آخر في الحياة واكتفى بتركيز كل آماله على هذا الهدف فانه سينهار فعلا وستظل حياته منقورة الى الاشباع باستمرار • أما اذا اتخذ الفرد لحياته أهدافا واهتمامات متنوعة متعددة ، فانه اذا ما فشل في تحقيق أحدها يستطيع أن يعرض ذلك عن طريق الاهتمام بالأهداف الأخرى ، وبذا يمكنه أن يحقق التوافق في حياته •

٦ - اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته :

تحرك الانسان في كل مرحلة من مراحل حياته دوافع وحاجات أساسية ، وبعض هذه الحاجات فسيولوجي في طبيعته والبعض الآخر نفسي اجتماعي • ان اشباع الدوافع والحاجات من ألزم الضروريات للانسان لتحقيق التوافق والشخصية السوية والصحة النفسية السليمة •

٧ - ثبات اتجاهات الفرد :

ان ثبات اتجاهات الفرد ومواقفه أمر لا يتحقق الا مع توافق خط فكري واضح وخلفية فلسفية عميقة تصدر عنها أحكام الفرد وتصرفاته المختلفة . ان هذه الفلسفة المتعلقة بالحياة تيسر على الفرد أن يتصرف بصورة تلقائية تقريبا بالنسبة لأغلب الموضوعات والقضايا التي تعرض له . ولا شك في أن تكوين فلسفة واضحة في الحياة ليس بالأمر السهل المهيّن ، بل هي عملية تدريجية تتأثر بما يكونه الفرد من قيم خلال حياته وخبراته المتنوعة في الأسرة والعمل والدراسة وفي خلال اتصالاته الاجتماعية ، كما تتأثر أيضا بثقافة الفرد وما يبذله من جهد في حياته ومن اتصالات يقوم بها .

ولا نعني بثبات الاتجاهات أن تكون الاتجاهات جامدة غير قابلة للتعديل أو التطوير ، بل من الضروري أن تتوافر المرونة حيث انها دليل على النمو والتقدم ، والمقصود ألا تتصف اتجاهات الفرد بالتناقض والتذبذب على المدى القصير . ومن الواضح أن ثبات اتجاهات الفرد يشير إلى تكامل الشخصية وإلى الوضوح والاطراد كما تشير أيضا إلى الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير .

٨ - تصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته :

لا شك أن قدرة الشخص على تحمل مسئولية أفعاله وما يتخذه من قرارات هو إحدى علامات التكامل والصحة النفسية في آن واحد ، كما أن التهرب من المسئولية هو دلالة واضحة على عدم تكامل النضج الانفعالي . ومن المعروف أن الطفل يعتمد اعتمادا كبيرا على الآخرين الذين يتحملون مسئولية اشباع حاجاته المختلفة ويتخذون نيابة عنه القرارات المتعلقة بأغلب أموره . وكلما كبر الطفل قل تدريجيا اعتماده على الآخرين وزاد اعتماده على نفسه في توجيه شئون حياته . وإذا ما انتقل الفرد إلى مرحلة الرشد فمن المفروض أن يتحمل مسئولية ما يقوم به من أفعال وتصرفات وما يصدر من أحكام وتوقع على عاتقه

وحده هذه المسئوليات • ومعنى ذلك أن المسئولية ترتبط ارتباطا وثيقا بالنضج والرشد ، ويعنى افتقار الفرد اليها أنه لم يصل الى النضج الوجدانى والاجتماعى الكافى وأن هناك خطأ ما أو قصورا فى تنشئة هذا الفرد وفى تطبيعته الاجتماعى •

الشخصية والأخلاق

ان الاحاطة بموضوع الشخصية يدعونا الى أن نلقى نظرة سريعة على بحث الأخلاق والدين وصلتهما بالشخصية • ولقد كان « الغزالى » من المبرزين فى هذا الميدان ، وكانت الدراسات الأخلاقية ضعيفة قبل أن يتناولها بالتوضيح والتنظيم القائمين على فهم عميق بالذفس البشرية • وللخلق عند الغزالى معان أربعة ^(١٤) :

- ١ — الفعل الجميل والقبيح •
- ٢ — القدرة عليهما •
- ٣ — المعرفة بهما •
- ٤ — وأخيرا هيئة للنفس بها تميل الى أحد الجانبين ، وتيسر عليها أحد الأمرين ، اما الحسن واما القبح •

وهكذا فان الخلق عند الغزالى ليس هو الفعل أو السلوك المفرد ، فرب شخص خلقه السخاء ، ولا يبذل ، اما لفقد مال أو لمانع ، وربما يكون خلقه البخل وهو يبذل ، اما لباعث معين أو لرياء • وليس الخلق هو القوة لأن نسبة القوة الى الامساك والاعطاء واحدة ، وكل انسان خلق بالفطرة قادرا على الاعطاء والامساك • وليس الخلق هو المعرفة ، فان المعرفة تتعلق بالجميل والقبيح جميعا على وجه واحد • فالخلق هو عبارة عن المعنى الرابع ، وهو الهيئة التى بها تستعد النفس لأن يصدر منها الامساك أو البذل • فالخلق — اذن — عبارة عن هيئة النفس وصورتها الباطنة •

(١٤) عبد الكريم العثمان : دراسات نفسية عند المسلمين والغزالى بوجه خاص (ط ٢) ، القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ ، ص ٣٧٥ — ٣٧٨ .
(٧ — الشخصية السوية)

وقد اقتبس الغزالي نظرية الفضائل الأربعة التي قال بها أفلاطون وهي : الحكمة والشجاعة والعفة والعدل ، كما نظر الى الفضيلة على أنها وسط بين رذيلتين متأثرا بأرسطو . وقد عرض الغزالي هذه الفضائل بمضمون إسلامي ، وأضاف اليها مجموعة من القيم المقتبسة من روح الإسلام ، كالرحمة والحرية والتدين والعدل . ويلاحظ أن كثيرا من فلاسفة الإسلام كابن مكسويه وابن سينا والتوحيدى قالوا بهذه الفضائل ، كما قالوا بأن الفضيلة وسط ، لقوله تعالى : « **وَتَذَكُّرُكَ جَعَلْنَاكَ مِمَّا قَالُوا بِأَنَّ الْفَضِيلَةَ وَسْطٌ** » (البقرة : ١٤٣)

ان الأخلاق في الإسلام لم تدع جانبا من جوانب الحياة الانسانية . . روحية أو جسمية ، دنيوية أو ديتوية ، عقلية أو انفعالية ، أو فردية أو اجتماعية . . الا رسمت له المنهج الأمثل للسلوك الرفيع القويم . وفيما يلي أمثلة لهذا الشمول في مجال الفرد والمجتمع :

١ — ان من أخلاق الإسلام ما يتعلق بالفرد في كافة نواحيه :

(أ) جسما له ضروراته وحاجته ، مثل قول الله تعالى : « **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا** » . (الأعراف : ٣١)
وقول الرسول صلى الله عليه وسلم : « **ان لبدنك عليك حقا** » .
(ب) وعقل له مواهبه وآفاقه ، يول القرآن الكريم : « **قُلْ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ** » .

(يونس : ١٠١)
« **قُلْ إِنَّمَا أَعِظُكُمْ بِوَاحِدَةٍ ، أَنْ تَقُومُوا لِلَّهِ مِثْلَى خِزْفٍ** » (سبأ : ٤٦)
(ج) ونفسا لها مشاعرها ودوافعها ، يقول تعالى : « **وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا . فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا . قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا . وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا** » . (الشمس : ٧ — ١٠)

٢ — ومن أخلاق الإسلام ما يتعلق بالمجتمع :

(أ) في آدابه ومجاملاته ، مثل : « **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْذِنُوا** »

وتسلموا على أهلها ، ذلكم خير لكم لعلكم تذكرون •
(النور : ٢٧)

(ب) وفى اقتصاده ومعاملاته :
« ويل للمطففين • الذين إذا اكتالوا على الناس يستوفون • وإذا كالوهم أو وزنوهم يخسرون » •
(المطففين : ١ - ٣)
(ج) وفى سياسته وحكمه :
« ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات إلى أهلها وإذا حكمتم بين الناس أن تحكموا بالعدل » •
(النساء : ٥٨)
وبهذا يتجلى شمول الأخلاق الإسلامية ، من حيث موضوعها ومحتواها ••

● الأخلاق الفاضلة فى القرآن والسنة :

يحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الشر وسوء الخلق •• وسنناقش فيما يلى أهم القيم والمبادئ الخلقية التى تتضمنها المعاملة ، مع الاستشهاد بالقرآن الكريم والحديث الشريف ، وتتلخص هذه المبادئ فيما يأتى :

- أدب الحديث •
- التسامح والرحمة •
- الحلم والصفح •
- العدالة •
- الصدق والأمانة •
- الوفاء والاخلاص •
- الصبر •
- الحياء •
- الاخاء •
- الاتحاد والتعاون •

أولا — أدب الحديث :

ان نعمة البيان أجل النعم التي أسبغها الله تعالى على الانسان ،
وكرمه بها على سائر الخلق ، قال تعالى :

« الرحمن • علم القرآن • خلق الانسان • علمه البيان » •

(الرحمن : ١ — ٤)

وقد أوضح الاسلام كيف يستفيد الناس من هذه النعمة المسداة ،
وكيف يجعلون كلامهم الذى يتردد على ألسنتهم طوال يومهم طريقا
الى الخير المنشود • وقد غنى الاسلام عناية كبيرة بموضوع الكلام
وأسلوب أدائه ، لأن الكلام الصادر عن انسان ما يشير الى حقيقة
عقله وطبقة خلقه ، ولأن طرق الحديث السائدة فى جماعة ما تحكم على
مستواها العام ومدى تغلغل الفضيلة فى بيئتها •

والبعد عن اللغو من أركان الفلاح ، ودلائل الاكتمال ، وقد ذكره
القرآن الكريم بين فريضتين من فرائض الاسلام ، هما الصلاة
والزكاة :

« قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون • والذين
هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون » •

(المؤمنون : ١ — ٤)

فاذا تكلم المرء فليقل خيرا وليعود لسانه الجميل من القول •
والكلام الطيب العف يجعل مع الأصدقاء والأعداء جميعا وله ثماره
الطيبة • • فأما مع الأصدقاء فهو يحفظ مودتهم ، ويستديم صداقتهم ،
ويمنع كيد الشياطين أن يوهن حبالهم ويفسد ذات بينهم ^(١٥) • قال
تعالى :

« وقل لعبادى يقولوا التى هى أحسن ، ان الشيطان يفرغ
بينهم ، ان الشيطان كان للانسان عدوا مبينا » •

(الاسراء : ٥٣)

(١٥) محمد الغزالي : خلق المسلم (ط ٨) ، القاهرة ، دار الكتب
الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ٧٢ — ٨١ •

وأما حسن الكلام مع الأعداء فهو يطفىء خصومتهم ، ويكسر
حدثهم ، أو على الأقل يوقف تطور الشر . قال تعالى :

« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، أدفع بالتى هى أحسن فإذا
الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم » . (فصلت : ٣٤)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم
قال : « من كان يؤمن بالله واليوم الآخر ، فليقل خيرا ، أو ليصمت » .
(متفق عليه)

— وعنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان العبد
ليتكلم بالكلمة من رضوان الله تعالى ما يلقى لها بالا
يرفعه الله بها درجات ، وان العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله تعالى
لا يلقى لها بالا يهوى بها فى جهنم » . (رواه البخارى)

— وعن أبى موسى رضى الله عنه قال : قلت : يا رسول الله ..
أى المسلمين أغضل ؟ قال : « من سلم المسلمون من لسانه ويده » .
(متفق عليه)

— « أكثر خطايا ابن آدم لسانه » . (الطبرانى والبيهقى)

ثانياً — التسامح والرحمة :

الاسلام دين سمح يشجع على الحرية فى التفكير والحرية فى
إبداء رأى ، ويدعو الى تبادل المودة والتراحم بين بنى البشر . والقرآن
الكريم يحثنا على العفو والصفح والاعراض عن الجاهلين ، كما يأمرنا
أن نصل من قطعنا ونعطى من حرمانا ، قال تعالى :

« ٠٠ فاصفح الصفح الجميل » . (الحجر : ٨٥)

« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » .

(الأعراف : ١٩٩)

« ٠٠ وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله

غفور رحيم » . (النور : ٢٢)

ان هذه الصفات الذلقية التى حثنا الاسلام على التحلى بها
هى المثل العليا التى تربط الانسان بأخيه الانسان • فبالتسامح والحلم
تدوم الأخوة الصادقة وتقوى الروابط والصلات بين الناس • والمؤمن
عزيز النفس يدرك كل الادراك متى يقابل الاساءة بالعفو ومتى يقابل
الاساءة بمثلها ^(١٦) قال تعالى :

« وجزاء سيئة سيئة مثلها ، فمن عفا وأصلح فأجره على الله ،
انه لا يجب الظالمين » • (الشورى : ٤٠)

ان الرحمة كمال فى الطبيعة يجعل المرء يرق لآلام الآخرين
ويسعى لازالتها ، ويأسى لأخطائهم فيتمنى لهم الهدى • هى كمال فى
الطبيعة لأن تبدل الحس يهوى بالانسان من منزلته الانسانية بل
ويجرده من أفضل صفاته ، وهى العاطفة النابضة بالحب والمودة
والرحمة والرأفة •

والرحمة فى أفقها الأعلى وامتدادها المطلق صفة للخالق عز
وجل • فان رحمته شملت الوجود وعمت الملكوت • فحيثما أشرف
شعاع من علمه المحيط بكل شىء اثبتق معه شعاع للرحمة الغامرة •
ولذلك كان من صلاة الملائكة له سبحانه :

« ربنا وسعت كل شىء رحمة وعلمنا فاغفر للذين تابوا واتبعوا
سبيلك وقهم عذاب الجحيم » • (غافر : ٧)

وكثير من أسماء الله الحسنى ينبع من معانى الرحمة والكرم
والفضل والعفو • وقد جاء فى الحديث القدسى : « ان رحمتى تغلب
غضبى » • (رواه البخارى)

ولقد أراد الله أن يمن على العالم برجل يمسح آلامه ، ويخفف
أحزانه ، ويرثى لخطاياهم ، ويأخذ بناصر الضعيف • فأرسل « محمدا »
عليه الصلاة والسلام ، وسكب فى قلبه العلم والحلم ، وفى خلقه

(١٦) صلاح عبد القادر البكرى : القرآن وبناء الانسان ، جدة :
تهامة ، ١٩٨٢ ، ص ١٣٩ - ١٤٢ •

من اليناس والبر ، وفى طبعه من السهولة والرفق ، ما جعله أزكى عباد الله رحمة ، وأوسعهم عاطفة ، وأرحبهم صدرا • لذلك قال فيه :

« فيما رحمة من الله أنت لهم ، ولو كنت فظا غليظ القلب لا تقتضوا من حولك • » (آل عمران : ١٥٩)

وقد جاءت الأحاديث تترى حاشة على هذه الرحمة الشاملة ، فقال عليه الصلاة والسلام : « من لا يرحم الناس لا يرحمه الله » •

(البخارى)

— « من لا يرحم من فى الأرض لا يرحمه من فى السماء » •

(الطبرانى)

— « من لا يرحم لا يرحم ، ومن لا يغفر لا يغفر له » •

(أحمد)

— « لا تنزع الرحمة الا من شقى » • (أبو داوود)

والاسلام رسالة خير وسلام وعطف على البشر كلهم ، وقد قال الله لرسوله : « وما أرسلناك الا رحمة للعالمين » •

(الأنبياء : ١٠٧)

وسور القرآن كلها مفتتحة بـ « بسم الله الرحمن الرحيم » •

وليست الرحمة حنانا لا عقل منه ، أو شفقة تتنكر للعدل والنظام • • انها عاطفة ترعى هذه الحقوق جميعا • فالزجر فى موضعه ، والعقاب فى مكانه ، مطلوب عندما تدعو الحاجة ، كى تستقيم الأمور ويستتب الأمن والنظام • • أن القسوة التى استكرها الاسلام جفاف فى النفس لا يرتبط بمنطق أو عدالة • انها نزوة تتشبع من الاساءة والايذاء ، وتمتد مع الأثرة المجردة والهوى الأعمى • • أما الرحمة فهى أثر من الجمال الالهى الباقي فى طابع البشر يحدوهم الى البر ، ويهب عليهم فى الأزمان الخائفة ريحا لطيفة ترطب الحياة وتنعش الصدور •

ونبه الاسلام الى أن هناك أقواما ينبغى أن يحظوا بأضعاف من الرحمة والعناية :

— من هؤلاء ذوو الأرحام ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « الراحمون يرحمهم الله تعالى ، ارحموا من فى الأرض يرحمكم من فى السماء ، الرحم شجرة (أى قرابة مشنكة) من الرحمن ، من وصلها وصله الله ومن قطعها قطعه الله » . (الترمذى)

فعلى المسلم أن يؤدى حقوق أقربائه وأن يقوى بالمودة الدائمة صلات الدم القائمة .. وأجدر الناس وأولاهم بهذه الرحمة هم الوالدان ، قال تعالى :

« واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا » . (الاسراء : ٢٤)

— وممن تجب الرحمة بهم اليتامى ، فان الاحسان اليهم والبسر بهم وكفالة عيشتهم وصيانة حقوقهم من أزكى القربات .
فعن أبى هريرة أن رجلا شكأ الى رسول الله صلى الله عليه وسلم قسوة قلبه . فقال عليه الصلاة والسلام : « امسح رأس اليتيم وأطعم المسكين » . (رواه أحمد)

— وتجمل الرحمة مع المرضى وذوى العاهات .. فان هؤلاء المصابين من شأنهم ان يستقبلوا الحياة بوسائل وامكانات منقوصة ، تعجزهم عن المسير فى ركبتها وادراك أغراضهم منها ، وقد عذرهم الله تعالى فلا يجوز أن يؤاخذهم بما أعفاهم الله منه :

« ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج ، ومن يطع الله ورسوله يدخله جنات تجرى من تحتها الأنهار ، ومن يتول يعذبه عذابا أليما » . (الفتح : ١٧)

ثالثا — الحلم والصفح :

تتفاوت درجات الناس فى الثبات أمام المثيرات .. فمنهم من تستخفه التوافه فيثور بسرعة ، ومنهم من تستفزّه الشدائد فيبقى على وضعها الأليم محتفظا برجاحة عقله وسماحة خلقه . ومع أن للطباع

الأصيلة دخلا كبيرا فى أنصبة الناس من الحدة والهدوء ، والعجلة والأناة ، والكدر والسماحة ، الا أن هناك ارتباطا مؤكدا بين ثقة الفرد بنفسه وبين أناته مع الآخرين وتجاوزه عن خطئهم • فالرجل العظيم حقا كلما خلق فى آفاق الكمال اتسع صدره ، وامتد حلمه ، وعذر الناس من أنفسهم ، والقمس المبررات لأخطائهم •

وقد رأينا الغضب يشتط بأصحابه الى حد الجنون ، عندما لا يملكون زمام أنفسهم ، ويرون أنهم حققوا تحقيرا لا يعالجه الا سفك الدم • فلو كان الشخص يعيش وراء أسوار عالية من فضائله فانه لا يحس بوخز الألم على هذا النحو الشديد ، فالاهانات تسقط على قاذفها قبل أن تصل الى مرماها البعيد • وهذا المعنى يفسر لنا حلم « هود » عليه السلام وهو يستمع الى اجابة قومه بعدما دعاهم الى توحيد الله (١٧) فقالوا :

« .. انا لنراك فى سفاهة وانا لنظنك من الكاذبين • قال يا قوم ليس بى سفاهة ولكنى رسول من رب العالمين • أبلغكم رسالات ربي وأنا لكم ناصح أمين » • (الأعراف : ٦٦ - ٦٨)

والجاهلية التى عالج رسول الله صلى الله عليه وسلم محوها كانت تقوم على ضربين من انجهالة : جهالة ضد العلم ، وأخرى ضد الحلم • فأما الأولى فتقطع ظلامها يتم بأنواع المعرفة وفنون التوجيه والارشاد ، وأما الأخرى فكف ظلمها يعتمد على كبح النفس ومنع الفساد • فجاء الاسلام ليقيم أركان المجتمع على العدل ، ولن تتحقق هذه المغاية الا اذا هيمن العقل الراشد على غريزة الغضب • وكثير من النصائح التى أسداها الرسول للعرب تتجه الى هذا الهدف ، حتى اعتبرت مظاهر الطيش والتعدى انفلاتا من الاسلام وانطلاقا من القيود التى ربط بها الجماعة ، ومن الحديث : « سباب المسلم فسوق وقتاله كفر » •

(١٧) محمد الغزالي : خالق المسلم (ط ٨) . القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ١٠٤ .

ومن الناس من لا يسكت عنه الغضب ، فهو في ثورة دائمة ،
وتغنيظ يطبع على وجهه العبوس • إذا مسه أحد ارتعش كالمحموم ،
وأفشاً يرغى ويزبد ويلعن ويطعن • والاسلام برىء من كل هذه الخلال
الكذرة • واللعن من الخصال السيئة ، والذين يستنزلون اللعنات على
غيرهم لأنفقهم الأسباب يتعرضون لبلاء جسيم • بل ان المرء يجب أن
يتنزه عن لعن غيره ولو أصابه منه الأذى الشديد • وعلى قدر ما يغبط
المسلم نفسه ، ويكظم غيظه ، ويملك قوله ، ويتجاوز الهفوات ، ويرثى
للعثرات ، تكون منزلته عند الله • قال رسول الله صلى الله عليه
وسلم : « ليس المؤمن بطعان ولا لعان ولا فاحش ولا بذىء » •
(الترمذى)

ومن الآيات الكريمة في هذا المجال :

« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » •

(الأعراف : ١٩٩)

« •• وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله

(النور : ٢٢)

غفور رحيم » •

« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتي هي أحسن فإذا

(فصلت : ٣٤)

الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم » •

« •• والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين »

(آل عمران : ١٣٤)

« والذين يجتنبون كبائر الاثم والفواحش وإذا ما غضبوا هم

(الشورى : ٣٧)

يغفرون » •

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه

وسلم قال : « ليس الشديد بالصرعة (أى الذى يغلب الناس

ويصرعهم) انما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب » •

(متفق عليه)

(أحمد)

— « اذا غضب أحدكم فليسكت » •

— « قال الله عز وجل : من ذكرنى حين يغضب ذكرته حين أغضب ، ولا أمحقه فيمن أمحق » • (الديلمى)
— عن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله رفيق يحب الرفق فى الأمر كله » •
(متفق عليه)
— وعن أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان الرفق لا يكون فى شيء الا زانه ، ولا ينزع من شيء الا شانه » • (مسلم)

* * *

رابعاً — العدالة :

الاسلام دين الوحدة بين العبادة والمعاملة ، والعقيدة والسلوك ، والروحيات والماديات ، والقيم الاقتصادية والقيم المعنوية • انه دين الوحدة بين القوى الكونية جميعا ، فهو دين التوحيد • • توحيد الاله ، وتوحيد الأديان جميعا فى دين الله ، قال تعالى :

« وان هذه أمتكم أمة واحدة وأنا ربيكم فاتقون » •

(المؤمنون : ٥٢)

وعن تلك الوحدة الكبرى تصدر تشريعات الاسلام وفرائضه ، وحدوده وتوجيهاته ، وآراؤه فى مختلف الشؤون السياسية والاقتصادية والمعاملات • وفى ذلك الأصل الكبير تنطوى سائر الأجزاء والتفصيلات وحين ندرك هذه الفكرة الكلية فى طبيعة النظرة الاسلامية للكون والحياة والانسان ، ندرك معها الخطوط الأساسية للعدالة الاجتماعية فى الاسلام • • فهى قبل كل شيء عدالة انسانية شاملة ، تتناول جميع مظاهر الحياة وجوانب النشاط فيها ، كما تتناول الشعور والسلوك ، والضمائر والوجدانات ، والقيم المادية والمعنوية والروحية • ان الحياة فى نظر الاسلام تراحم وتودد وتعاون وتكافل بين المسلمين على وجه خاص ، وبين أفراد الانسانية على وجه عام (١٨) •

(١٨) سيد قطب : العدالة الاجتماعية فى الاسلام • القاهرة : مكتبة

وعندما يضع الاسلام نظمه وتشريعاته ، ونصائحه وتوجيهاته ، لا يغفل ذلك الحب الفطرى للذات عند الانسان ، ولا ينسى ذلك الشح الفطرى العميق ، ولكنه يعالج الأثرة ويعالج الشح بالتوجيه وبالتشريع فلا يكلف الانسان الا وسعه ، ولا يغفل فى الوقت ذاته حاجات الجماعة ومصالحها ، وغايات الحياة العليا فى الفرد والجماعة على توالى العصور والأجيال . يقول الله تعالى فى كتابه الكريم عن الانسان :

« وانه لحب الخير لشديد » (العاديات : ٨)

« .. وأحضرت الأنفس الشح .. » (النساء : ١٢٨)

« قل لو أنتم تملكون خزائن رحمة ربى أنن لأمسكنكم خزنية

الاتفاق ، ولكن الانسان قتورا » (الاسراء : ١٠٠)

لقد قرر الاسلام مبدأ المساواة الانسانية ، ومبدأ العدل بين الجميع ، ثم ترك الباب مفتوحا للتفاضل بالجهد والعمل ، كما وضع فى الميزان قيما أخرى غير القيم الاقتصادية . قال تعالى :

« .. إن أكرمكم عند الله أتقاكم .. » (الحجرات : ١٣)

« .. يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم

درجات .. » (المجادلة : ١١)

« المال والبنون زينة الحياة الدنيا ، والباقيات الصالحات خير

عند ربك ثوابا وخير أملا » (الكهف : ٤٦)

وهكذا يبدو أن الاسلام قد وضع قيما أخرى — غير القيم الاقتصادية — يحسب حسابها ، ويجعل منها وسيلة للتعاقد فى المجتمع حين تتفاوت الأرزاق بين الناس .. فالعدل المطلق يقتضى أن تتفاوت الأرزاق ، وأن يفضل بعض الناس بعضا فيها مع تحقق العدالة الانسانية باتاحة الفرص المتكافئة للجميع . فلا يقف أمام فرد حسب ولا نشأة ولا أصل ولا جنس ، ولا قيد واحد من القيود التى تغل الجهود وتعطلها .

ان العدالة فى ذاتها مطلوبة لأنها أقرب القربات الى الله تعالى .. العدالة فى كل شئ وفى كل عمل ، أى العدالة فى الأقوال والأفعال

والسلوك عامة • ويجب على المؤمن أن يقاوم الباطل وأن يناصر الحق بكل ما أوتى من قوة • وليس في الاسلام طبقية فلا يكرم الغنى لغناه، ولا يذل الفقير لفقره ، كما لا يعرف التفرقة العنصرية ، فلا فضل لعربي عن أعجمي الا بالتقوى ^(١٩) يقول تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله أتقاكم » •

(الحجرات : ١٣)

« .. واذا قلتم فاعدلوا ولو كان ذا قربى » •

(الأنعام : ١٥٢)

« ان الله يأمر بالعدل والاحسان وإيتاء ذى القربى وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى ، يعظكم لعلكم تذكرون » •

(النحل : ٩٠)

« .. ألا لعنة الله على الظالمين » •

« .. ما للظالمين من حميم ولا شفيع يطاع » •

(غافر : ١٨)

« وتلك القرى أهلكناهم لما ظلموا وجعلنا لمهلكهم موعدا » •

(الكهف : ٥٩)

ومن الحديث النبوى الشريف فى النهى عن الظلم :

— « من مشى مع ظالم ليعينه وهو يعلم أنه ظالم فقد خرج من

الاسلام » • (الطبرانى وأحمد)

— « يقول الله عز وجل : وعزتى وجلالى لأنتقم من الظالم فى

عاجله وآجله • ولأنتقم من رأى مظلوما فقدر أن ينصره فلم

ينصره » • (أحمد)

— « لعن الله من رأى مظلوما فلم ينصره » • (الديلمى)

(١٩) صلاح عبد النادر البكرى : القرآن وبناء الانسان • جـدة •

- « ان الناس اذا رأوا الظالم فلم يأخذوا على يديه أوشك أن يعمهم الله بعقاب منه » • (أبو داود)
- « اذا رأيت أمتى لا يقولون للظالم منهم : أنت ظالم ، فقد تودع منهم » (الترمذى)
- « دعوة المظلوم مستجابة وان كان فاجرا ، ففجوره على نفسه » • (أحمد)

* * *

خامسا — الصدق والأمانة :

- ان الاستمسك بالصدق فى كل شيء ، وتحريره فى كل قضية ، والالتجاء اليه فى كل حكم •• دعامه أساسية فى خلق المسلم وصبغة ثابتة فى سلوكه • وكذلك كان بناء المجتمع فى الاسلام قائما على محاربة الظنون ، ونبذ الشائعات ، فان الحقائق وحدها هى التى يجب أن تظهر وتغلب وأن تعتمد فى اقرار العلاقات المختلفة بين الناس •
- قال رسول الله ﷺ : « اياكم والظن فان الظن أكذب الحديث » • (البخارى)
- وقال : « دع ما يريبك الى ما لا يريبك ، فان الصدق طمأنينة ، والكذب ريبة » • (الترمذى)
- وقد نعى القرآن على أقوام جريهم وراء الظنون التى ملأت عقولهم بالخرافات ، وأفسدت حاضرتهم ومستقبلهم بالكاذب ، فقال :
- « •• ان يتبعون الا الظن وما تهوى الأنفس ، ولقد جاءهم من ربهم الهدى » • (النجم : ٢٣)

وقال : « وما لهم به من علم ، ان يتبعون الا الظن ، وان الظن لا يغنى من الحق شيئا » (النجم : ٢٨)

ولقد كان السلف الصالح يتلاقون على الفضائل ويتعارفون بها ، فاذا أساء أحد السيرة وحاول أن ينفرد بمسلك خاطئ ، بدا بعمله هذا — كالأجرب بين الأصحاء ، فلا يطيب له مقام بينهم حتى يبرأ من علته وكانت المعالم الأولى للجماعة المسلمة صدق الحديث ودقة الأداء وضبط

الكلام •• أما الكذب والنفاق والتدليس والافتراء ، فهي أمارات انقطاع الصلة بالدين ، أو هي اتصال بالدين على أسلوب المدلسين والمفترين ، أى أسلوب الكذابين فى مخالفة الواقع •

ان الكذب رذيلة محضة تنبىء عن تغلغل الفساد فى نفس صاحبها ، وعن سلوك ينشئ الشر ويندفع الى الاثم •• هناك رذائل يلتصق بها الانسان ، تشبه الأمراض التى تعرض للبدن ، بل هى حقا أمراض اجتماعية أو خلقية ، ولا يصح منها الا بعد علاج طويل ، كالخوف الذى يصاب به العيابون ، أو الحرص الذى تنقبض به الأيدى • وقد تكون هناك أعذار لمن يشعرون بوسواس الحرص أو الخوف عندما يواجهون مواقف التضحية والفداء •• ولكنه لا عذر البتة لمن يتخذون الكذب خلقاً ويعيشون به على خديعة الناس •

قال رسول الله ﷺ : « يطبع المؤمن على الخلال كلها ، الا الخيانة والكذب » • (أحمد)

وكلما اتسع نطاق الضرر اثر كذبة يشيعها أفاك جرىء كان الوزر عند الله أعظم • وهذا الضرب من الافتراء فاحش فى حقيقته ، وخيم فى نتيجته • ويدخل فى نطاق هذا الافتراء ، سائر ما ابتدعه الجهال ، وأقحموه على دين الله من محدثات لا أصل لها ، عدها العوام ديناً ، وما هى بدين ، ولكنها لهو ولعب •

والمرء قد يستسهل الكذب حين يمزح ، حاسباً أن مجال اللهو لا خطر فيه على أخبار أو اختلاف •• ولكن الاسلام الذى أباح الترويح عن القلوب لم يرض وسيلة لذلك الا فى حدود الصدق المحض ، فان فى الحلال مندوحة عن الحرام ، وفى الحق غناء عن الباطل • والمشاهد أن الناس يطلقون العنان لأخيلتهم فى تليفق الأضاحيك ولا يحسون حرجاً فى ادارة أحاديث مفتراة على السنة خصومهم أو أصدقائهم ليتندروا بها أو يسخروا منها • وقد حرم الدين هذا المسلك تحريماً تاماً ، اذ الحق أن اللهو بالكذب ، كثيراً ما ينتهى الى أحزان وعداوات •

قال رسول الله ﷺ : « ويل للذي يحدث بالحديث ليضحك منه القوم فيكذب ، ويل له ، ويل له » . (الترمذى)

والاسلام يستلزم من معتقده أن يكون ذا ضمير يقظ ، تصان به حقوق الله وحقوق الناس ، وتحرس به الأعمال من دواعي التفريط والأعمال ، ومن ثم أوجب على المسلم أن يكون « أميناً » .. والأمانة واسعة الدلالة ، وهى ترمز الى معان شتى مناطها جميعا شعور الفرد بتبعته فى كل أمر يوكل اليه ، وإدراكه الأكيد بأنه مسئول أمام ربه ، على النحو الذى فصله الحديث النبوى الكريم : « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته ، فالأمام راع ومسئول عن رعيته ، والرجل راع فى أهله وهو مسئول عن رعيته ، والمرأة فى بيت زوجها راعية وهى مسئولة عن رعيته ، والخادم فى مال سيده راع وهو مسئول عن رعيته » .

(رواه البخارى)

وعن أنس قال : ما خطبنا رسول الله ﷺ الا قال : « لا إيمان لمن لا أمانة له ولا دين لمن لا عهد له » . (رواه أحمد)

ومن معانى الأمانة وضع كل شئ فى المكان الجدير به واللائق له ، فلا يسند منصب الا لصاحبه الحقيقي به ، ولا تملأ وظيفة الا بالرجل الذى ترفعه كفايته اليها . فالأمانة تقضى بأن تختار للأعمال أحسن الناس قياماً بها ، فإذا ملنا عنه لغيره — لهوى أو مجاملة أو قرابة — فقد ارتكبنا بذلك خيانة فادحة . قال رسول الله ﷺ : « من استعمل رجلاً على عصابة وفيهم من هو أرضى لله منه ، فقد خان الله ورسوله والمؤمنين » . (رواه الحاكم)

وجاء رجل يسأل رسول الله ﷺ : متى تقوم الساعة ؟ فقال له « اذا ضيعت الأمانة ، فانتظر الساعة » . فقال : وكيف اضاعها ؟ قال عليه الصلاة والسلام : « اذا وسد الأمر لغير أهله فانتظر الساعة » (٢) . (رواه البخارى)

(٢٠) محمد الغزالي : **خلق المسلم** (ط ٨) . القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ .

ومن معانى الأمانة أن يحرص المرء على أداء واجبه كاملا فى العمل الذى يناط به ، وأن يبذل جهده فى اتمامه على خير وجه • فهذه أمانة يمجدها الاسلام •• أن يخلص الشخص لعمله وأن يعنى باجادته ، وأن يسهر على حقوق الناس التى وضعت بين يديه •

ومن الأمانة ألا يستغل الشخص منصبه الذى عين فيه ، للحصول على منفعة لنفسه أو لذوى قرياه ، فان التشبع من المال العام جريمة • وقد شدد الاسلام فى ضرورة التعفف عن استغلال النفوذ ، كما شدد فى رفض المكاسب غير المشروعة • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا تخونوا الله والرسول وتخونوا أماناتكم وأنتم تعلمون • واعلموا أنما أموالكم وأولادكم فتنة وأن الله عنده أجر عظيم » • (الأنفال : ٢٧ — ٢٨)

ومن الآيات القرآنية فى مجال الصدق والأمانة :

« يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وكونوا مع الصادقين » • (التوبة : ١١٩)

« ليجزى الله الصادقين بصدقهم •• » • (الأحزاب : ٢٤)

« ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات الى أهلها •• » • (النساء : ٥٨)

« والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون » • (المؤمنون : ٨)

« فان آمن بعضكم بعضا فليؤد الذى أؤتمن أمانته وليتق

الله ربه •• » • (البقرة : ٢٨٣)

ومن الحديث النبوى الشريف : « أد الأمانة الى من ائتمنتك ولا تخن

من خانتك » • (رواه أحمد وأبو داود)

« المستشار مؤتمن » • (الطبرانى)

سادسا — الوفاء والاخلاص :

إذا أبرم المسلم عقدا فيجب أن يحترمه ، وإذا أعطى عهدا فيجب أن يلتزمه • ومن الايمان أن يكون المرء عند كلمته التى قالها ، فيعرف (٨ — الشخصية السوية)

بين الناس بأن كلمته موثق غليظ لاخوف من نقضها • والوفاء بالعهد يحتاج الى عنصرين ، اذا اكتملا فى النفس سهل عليها أن تنجز ما التزمت به ، وهما قوة الذاكرة ، وقوة العزيمة • • فضعف الذاكرة ، وضعف العزيمة ، عائقان كثيفان عن الوفاء بالعهد • والانسان لتجدد الأحداث أمامه ، وترادف الهموم المختلفة عليه — يفعل الزمان فعله العجيب فى نفسه ، فتخبو المعالم الواضحة ، ويمسى ما كان بارزا فى نفسه لا يكاد يظهر • ولهذا فانه يفتقر الى مذكر دائم ليتغلب على النسيان • • فالذكر المطرد يلقظ ضرورة لازمة للوفاء • قال تعالى :

« • • ويعهد الله أوفوا ، ذلكم وصاكم به لعلكم تذكرون » •

(الأنعام : ١٥٢)

فاذا ذكر المرء الموثق المأخوذ عليه ، يجب أن ينضم الى هذا الذكر عزم مشدد على تنفيذه ، عزم يذل الأهواء الجامحة ، ويهون الصعاب العارضة ، بحيث يمضى فى سبيل الوفاء بما التزم به مهما تجشمت من مشاق وبذل من تضحيات • • وأقدار الرجال تتفاوت تفاوتاً شاسعاً فى هذا المضمار ، فان ثمن الوفاء قد يكون فادحاً ، قد يكلف المال أو الراحة أو الألفة أو الحياة • وعندما يستجمع الانسان الذهن الواعى والقلب الكبير ، فهو أهل للوفاء (٢١) •

والعهود الى يرتبط المسلم بها درجات ، فأعلاها مكانة وأقدسها ، العهد الأعظم الذى بين العبد وخالقه • • وان الله خلق الانسان بقدرته ورباه بنعمته ، وطلب منه أن يعرف هذه الحقيقة ، وأن يعترف بها ، وألا تشرد به المعويات ، فيجهلها أو يجحدّها • قال تعالى :

« ألم أعهد اليكم يا بنى آدم أن لا تصوبوا الشيطان ، انه لكم عدو مبين • وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم » •

(يس : ٦٠ — ٦١)

ومن الوفاء المحمود أن يذكر الشخص ماضيه لينتفع به فى حاضره ومستقبله ، فاذا كان فى الماضى معسراً ثم أغناه الله ، أو مريضاً فشفاه

الله ، فلا يجوز له أن يفصل بين أمسه ويومه بجدار سميك ، ثم يزعم أنه ما كان قط فقيراً ولا مريضاً ، ويبينى على غروره بحاضره مسلماً كله فظاظة وجحود .

فهذا نوع من الغدر ينتهى بصاحبه الى النفاق الممقوت .
والاسلام يوصى باحترام العقود التى تسجل فيها الالتزامات المالية وغيرها ، ويأمر بانفاذ الشروط التى تتضمنها . قال تعالى :
« .. وأوفوا بالعهد ، أن العهد كان مسئولاً »
(الاسراء : ٣٤)

« وأوفوا بعهد الله اذا عاهدتم ولا تنقضوا الأيمان بعد توكيدها وقد جعلتم الله عليكم كفيلاً ، ان الله يعلم ما تفعلون » .
(النحل : ٩١)

ان صلاح النية واخلاص القلب لرب العالمين ، يرتفعان بمنزلة العمل الدنيوى البحت ، فيجعلانه عبادة متقبلة . وان خبث الطوية ، يهبط بالطاعات المحضة ، فيقلبها معاصى شائنة فلا ينال المرء منها شيئاً ، بعد التعب فى أدائها ، الا الفشل والخسارة . قال رسول الله ﷺ :

« ما من مسلم يغرس غرساً ، أو يزرع زرعاً ، فيأكل منه طير أو انسان ، الا كان له به صدقة » .
(رواه مسلم)

والحق أن المرء ما دام قد أسلم لله وجهه وأخلص نيته ، فان حركاته وسكناته تحتسب خطوات الى مرضاة الله . وقد يعجز عن عمل الخير الذى يصبو اليه ، لقلة ماله أو لضعف صحته ، ولكن الله المطلع على خبايا النفوس يرفع الحريص على الاصلاح الى مراتب المصلحين ، والراغب فى الجهاد الى مراتب المجاهدين ، لأن بعد همتهم أرجح لديه من عجز وسائلهم .

حدث فى احدى الغزوات أن تقدم الى رسول الله ﷺ رجال يريدون أن يقاتلوا الكفار معه ، وأن يجودوا بأنفسهم فى سبيل الله ،

غير أن الرسول لم يستطع تجنيدهم ، فعادوا وفى حلوقهم غصة لتخلفهم عن الميدان ، وفيهم نزل قوله عز وجل :

« ولا على الذين اذا ما أتوك لتحملهم قلت لا أجد ما أحملكم عليه تولوا وأعينهم تفيض من الدمع حزناً ألا يجدوا ما ينفقون » .
(التوبة : ٩٢)

ولقد نوه النبي ﷺ بإيمان أولئك القوم واخلاصهم ، فقال للجيش السائر :

« ان أقواما خلفنا بالمدينة ، ما سلكتنا شعباً ولا وادياً الا وهم معنا ، حبسهم العذر » (٢٢) .
(رواه البخارى)

* * *

سابعاً - الصبر :

قال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » .
(رواه مسلم)

إذا استحكمت الأزمات وتعقدت ، وترادفت الضوائق وطال ليلاً ، فالصبر وحده هو الذى يشع للمسلم النور العاصم من التخبط ، والهداية الواقية من القنوط . والصبر فضيلة يحتاج اليها المسلم فى دينه ودنياه . ولا بد أن يبنى عليه آماله وأعماله .. فيجب أن يوطن نفسه على احتمال المكاره دون ضجر وانتظار النتائج مهما بعدت ، ومواجهة الأعباء مهما ثقلت ، بعقل متفتح وقلب لم تعلق به ريبة . كما ينبغى أن يظل موفور الثقة بآدى الثبات ، ويبقى موقفاً بأن بوادر الصفو لابد آتية ، وأن من الحكمة ارتقابها فى سكون ويقين . وقد أكد الله سبحانه أن ابتلاء الناس لا محيص عنه ، حتى يأخذوا أهبتهم للنوازل المتوقعة ، فلا تذهلهم المفاجآت ، فقال تعالى :

« ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوا أخباركم » .

(محمد : ٣١)

ولا شك أن لقاء الأحداث ببصيرة مستتيرة واستعداد كامل أجدى على الانسان ، وأدنى الى احكام شئونه ، قال تعالى :

« ٠٠ وان تصبروا وتتقوا فان ذلك من عزم الأمور » .

(آل عمران : ١٨٦)

والصبر يعتمد على حقيقتين أساسيتين : الأولى ، تتعلق بطبيعة الحياة الدنيا . . فان الله جعلها دار تمحيص وامتحان ، والفترة التي يقضيها المرء بها فترة تجارب متصلة الحلقات ، يخرج فى امتحان ليدخل فى امتحان آخر قد يغير الأول مغايرة تامة . كذلك قد يكتب القدر على البعض صنوفا من الابتلاء ، ربما انتهت بمصارعهم ، وليس أمام الفرد الا أن يستقبل البلاء الوافد بالصبر ، وما دامت الحياة امتحانا فلنكرس جهودنا للنجاح فيه .

والحقيقة الثانية تتعلق بطبيعة الايمان . . فالايمان صلة بين الانسان وبين الخالق سبحانه ، واذا كانت صلات المودة والصداقة بين الناس لا يعتد بها ولا ينوء بشأنها الا اذا تأكدت على مر الأيام واختلاف الحوادث ، فكذلك الايمان ، لا بد أن تخضع صلته بالابتلاء الذى يمحصها ، فاما كشف عن طييبها واما كشف عن زيفها . قال الله تعالى :

« أحسب الناس أن يتركوا أن يقولوا آمنا وهم لا يفتنون . ولقد

فتنا الذين من قبلهم ، فليعلمن الله الذين صدقوا وليعلمن الكاذبين » .

(العنكبوت : ٢ - ٣)

على هاتين الحقيقتين يقوم الصبر ، ومن أجلهما يطالب الدين به . ولكن الانسان - ومن عادته تجاهل الحقائق - يدهش للصعاب اذا لاقته ، ويتبرم بالآلام اذا مسته ، ويقوم له من طبعه الهلوع ما ييغض له الصبر ويجعله فى حلقه كرية المذاق . فاذا أخرج الأمر ، أو نزلت به كارثة ، ضاقت عليه الأرض بما رحبت ، وحاول أن يخرج من حالته بأسرع من لمح البصر . وأولى بالمسلم أن يدرب نفسه على طول الانتظار (٢٣) . قال تعالى :

« خلق الانسان من عجل ، سأوريكم آياتي فلا تستعجلون »

(الأنبياء : ٣٧)

وفى الحديث النبوى الكريم : « اذا أحب الله قوما ابتلاهم »

فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » .

(رواه الترمذى)

والصبر أنواع : صبر على الطاعة ، وصبر على المعصية ، وصبر

على النوازل ..

فأما الصبر على الطاعة فأساسه أن أركان الاسلام تحتاج فى

القيام بها والمداومة عليها الى تحمل ومعاناة .. فالصلاة مثلا ، فريضة

متكررة يقوم بها المسلم فى مواعيد محددة ، ويقول الله فيها :

« وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها .. » (طه : ١٣٢)

« واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكبيرة الا على الخاشعين »

(البقرة : ٤٥)

والتواصى بالصبر قرين التواصى بالحق ، وقد أقسم الله عز وجل

على أن فلاح البشر منوط بها :

« والعصر . ان الانسان لفى خسر . الا الذين آمنوا وعملوا

الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » .

(سورة العصر)

والصبر عن المعاصى ، هو عنصر المقاومة للمغريات التى تنبت فى

طريق الناس وتبين لهم اقتتراف المآثم المحظورة . قال عليه الصلاة

والسلام : « حفت الجنة بالمكاره ، وحفت النار بالشهوات » .

(رواه مسلم)

والادبار عن الشهوات لا يتأتى الا لصبور ، والصبر هنا أثر

اليقين الحاسم والاتجاه الحازم الى ما يرضى الله . قال تعالى :

« .. رينا أفرغ علينا صبرا وتوفنا مسلمين » .

(الأعراف : ١٢٦)

وهناك الصبر على ما يصيب المؤمن فى نفسه أو ماله أو أهله أو

مكانته . وتلك كلها أعراض متوقعة ، وهيات أن تخلو الحياة منها .

على أن المسلم إذا احتتمى بالله ولجأ إليه صمد أمام الأحداث • ولن تفارق المؤمن رحمة الله ما دام يتمسك بدينه في الأزمات ولا يتزعزع يقينه لدى الشدائد • قال تعالى :

« ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، ويشر الصابرين • الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون • أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » •

(البقرة : ١٥٥ — ١٥٧)

ثامنا — الحياء :

الحياء أمانة صادقة على طبيعة الانسان ، فهو يكشف عن قيمة ايمانه ومقدار أدبه • وعندما ترى الشخص يتخرج من فعل ما لا ينبغي ، أو ترى حمرة الخجل تصبغ وجهه إذا بدر منه ما لا يليق ، فاعلم أنه حي الضمير ، نقي المعدن ، طيب العنصر • وإذا رأيت الشخص ضعيفا بليد الشعور ، ولا يبالي ما يأخذ أو يترك ، فهو امرؤ لا خير فيه ، وليس له من الحياء وازع يعصمه من اقتراف الآثام وارتكاب الخطايا •

وقد أوصى الاسلام بالحياء ، وجعل هذا الخلق السامي أبرز ما يتميز به المسلم من فضائل • قال رسول الله ﷺ : « ان لكل دين خلقا ، وخلق الاسلام الحياء » • (رواه مالك)

وكان النبي ﷺ أرق الناس طبعاً ، وأنبطهم سيرة ، وأعمقهم شعوراً بالواجب ، ونفورا من الحرام • عن أبي سعيد الخدري : « كان رسول الله أشد حياء من العذراء في خدرها ، وكان إذا رأى شيئا يكرهه عرفناه في وجهه » • (متفق عليه)

قال رسول الله ﷺ : « ان الله عز وجل إذا أراد أن يهلك عبدا نزع منه الحياء • فإذا نزع منه الحياء لم تلقه الا مقيتا ممقتا (مبغضا) فإذا لم تلقه الا ممقتا نزعته منه الأمانة • فإذا نزعته منه الأمانة لم

تلقه الا خائنا مخونا ، نزعته منه الرحمة . فاذا نزعته منه الرحمة لم تلقه الا رجيماً ملعناً . فاذا لم تلقه الا رجيماً ملعناً نزعته منه ربة (رباط) الاسلام » . (رواه ابن ماجه)

وهذا ترتيب دقيق فى وصفه لأمراض النفوس وتتبعه لأطوارها ، وكيف تسلم كل مرحلة خبيثة الى أخرى أشد نكراً . فان الشخص اذا مزق الحجاب عن وجهه ، ولم يتهيب على عمله حساباً ، ولم يخش فى سلوكه لومة لائم ، مد يد الأذى للناس ، وطغى على كل من يقع فى سلطانه . ومثل هذا الشخص الشرس لن يجد قلباً يعطف عليه ، بل انه يغرس الضغائن فى القلوب وينميها (٢٤) .

والحياء مواضع يستحب فيها . فالحياء فى الكلام يتطلب من المسلم أن يطهر فمه من الفحش ، وأن ينزه لسانه عن العيب ، فان من سوء الأدب أن تفلت الألفاظ البذيئة من المرء غير عابئ بمواقعها وآثارها .

قال رسول الله ﷺ : « الحياء من الايمان والايمان فى الجنة ، والبذاء من الجفاء والجفاء فى النار » . (رواه أحمد)

ومن الحياء فى الكلام أن يقتصد المسلم فى تحدثه بالمجالس ، فان بعض الناس لا يستحيون من امتلاك ناصية الحديث فى المحافل والاجتماعات ، فيملأون الأفئدة بالضجر من طول ما يتحدثون ، وقد كره الاسلام هذا الصنف من الناس . وسر هذا البغض ان أخبار هؤلاء المتشدين لا تخلو من المبالغة ، لعل خلقية كان الحياء علاجها الشافى لو أنهم استمسكوا به .

ومن الحياء أن يخجل الانسان من أن يؤثر عنه سوء ، وأن يحرص على بقاء سمعته نقية من الشوائب بعيدة عن الاشاعات السيئة . فان الرجل الذى يخجل من الظهور برذيلة لا تزال فيه بقية

من خير ، والرجل الذى يطلب الظهور بالفضيلة لا تزال فيه بقية من شر • وينبغي على الانسان أن يخجل من نفسه كما يخجل من الناس ، وإذا كره أن يراه الناس على نقيصة فليكره أن يرى نفسه على مثلها • ومن ثم كان لزاما على المسلم أن يبتعد عن الدنيا والنقائص ، ما ظهر منها وما بطن ، سواء خلا بنفسه أو برز الى الناس •

ان الحياء ملاك الخير ، وهو عنصر النبل فى كل عمق يشوبه ، قال رسول الله ﷺ : « ما كان الفحش فى شيء الا شانه ، وما كان الحياء فى شيء الا زانه » • (رواه الترمذى)

ومن حياء الانسان مع الناس أن يعرف لأصحاب الحقوق منازلهم ، وأن يؤتى كل ذى فضل فضله • فللغلام مع من يكبرونه ، وللطالب مع من يعلمونه مسلك يقوم على التأدب والاحترام والتقديم ، فلا يسوغ أن يرفع فوقهم صوته ، ولا أن يسبقهم فى خطوه • وفى الحديث : « تواضعوا لمن تعلمون منه » • (رواه الطبرانى)

« اللهم لا يدركنى زمان لا يتبع فيه العليم ، ولا يستحيا فيه الحليم » (رواه أحمد)

والحياء فى أسمى منازلها وأكرمها يكون من الله عز وجل ، فنحن نطمع من خيره ونتنفس فى جوه ، وندرج على أرضه ، ونستظل بسمائه • ان حق الله على عباده عظيم ، ولو قدره حق قدره لسارعوا الى الخيرات يفعلونها من تلقاء أنفسهم ، ولباعدوا عن السيئات خجلا من مقابلة الخير بالجحود •

عن ابن مسعود ، قال رسول الله ﷺ : « استحيوا من الله حق الحياء ، قلنا : انا نستحي من الله يا رسول الله — والحمد لله — قال : ليس ذلك • • الاستحياء من الله حق الحياء أن تحفظ الرأس وما وعى ، والبطن وما حوى ، وتذكر الموت والبلى • ومن أراد الآخرة ترك زينة الحياة الدنيا ، وآثر الآخرة على الأولى • فمن فعل ذلك فقد استحيا من الله حق الحياء » • (رواه الترمذى)

وهذه العظة تستوعب كثيرا من آداب الاسلام ومناهج الفضيلة •
فان على المسلم تنزيه لسانه أن يخوض فى باطل ، وبصره أن يرمق
عورة ، وأذنه أن تسترق سرا • وعليه أن يفظم بطنه عن الحرام ،
ويقنعها بالطيب الميسور • ثم عليه أن يصرف أوقاته فى العمل الصالح
ومرضاة الله ، وايثار ما لديه من ثواب ، فلا تستخفه نزوات العيش
ومتعه الخادعة •• فان فعل ذلك عن شعور ويقين بأن الله يرقبه ،
ونفور من اقتراف تفريط فى جنب الله ، فقد استحيا من الله حق
الحياء •

والحياء بهذا الشمول هو الدين الخالص كله ، فاذا أطلق على
طائفة من الأعمال الجميلة فهو جزء من الايمان •

تاسعا — الأخاء :

ليست هناك دواعى معقولة تحمل الناس على أن يعيشوا أشتاتا
متناكرين ، بل ان الدواعى على المنطق الحق والعاطفة السليمة تعطف
البشر بعضهم على البعض الآخر ، وتمهد لهم مجتمعا متكافلا تسوده
المحبة ، ويمتد به الأمان على ظهر الأرض • والله عز وجل رد أسباب
الناس وأجناسهم الى أبوين اثنين ، ليجعل من هذه الرحم الماسة ملتقى
تتشابك عنده الصلات وتستوثق • قال تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا
وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله أتقاكم ، ان الله عليم خبير » •
(الحجرات : ١٣)

فالتعارف — لا التنافر — أساس العلاقات بين البشر ، وكل رابطة
توطد هذا التعارف وتزيح من طريقه العوائق فهي رابطة يجب تدعيمها ،
والانتفاع بخصائصها • وليس الاسلام مجرد رابطة تجمع بين عدد
من الناس فحسب ، ولكنه جملة الحقائق التى تقر الأوضاع الصحيحة
بين الناس وربهم ، ثم بين الناس أجمعين •

ان الأثرة — الأنانية — آفة الانسان ، اذا سيطرت
نزعتهما على شخص محقت خيره ونمت شره ، وحصرته فى
نطاق ضيق لا يعرف فيه الا شخصه ، ويصبح متمركزا

حول ذاته ، ولا يهمله شيء من شئون الآخرين • وقد حارب الاسلام هذه الأثرة الظالمة بالأخوة العادلة ، وأفهم الانسان أن الحياة ليست له وحده ، وأنها لا تصلح به وحده • فليعلم أن هناك أناسا مثله ، ان ذكر حقه عليهم ومصلحته عندهم فليذكر حقوقهم عليه ومصلحتهم عنده • ان هذا التذكر يخلع المرء من أثرته ، ويحمله على الشعور بغيره حين يشعر بنفسه (٢٤) •

ومن حق أخيك عليك أن تكره ضرره ، وأن تبادر إلى دفعه عنه ، فان مسه أذى شاركته الألم • وأحسست معه بالحزن • قال رسول الله ﷺ : « مثل المسلمين في توادهم وتعارفهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد ، اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر والحمى » (رواه البخارى)

« المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه • من كان في حاجة أخيه كان الله في حاجته ، ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة • ومن ستر مسلما ستره الله يوم القيامة » • (رواه البخارى ومسلم)

« ان الله يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلهم في ظلى يوم لا ظل الا ظلى » • (رواه مسلم)

« من استعاذ منكم بالله فأعيذوه ومن سأل بالله فأعطوه ، ومن دعاكم فأجيبوه ، ومن صنع اليكم معروفا فكافئوه ، فان لم تجدوا ما تكافئوه فادعوا له حتى تروا أن قد كافأتموه » • (رواه أحمد ، وأبو داود ، والنسائي)

« حق الجار ان مرض عدته ، وان مات شيعته ، وان افتقر أقرضته ، وان أعوز سترته ، وان أصابه خير هنأته ، وان أصابته مصيبة عزيتة ، ولا ترفع بناءك فوق بناءه فتسد عليه الريح ، ولا تؤذيه بريح قدرك الا أن تغرف له منها » • (رواه الطبرانى)

« ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه »
(متفق عليه)

ومن حق الأخوة أن يشعر المسلم بأن اخوانه ظهير له في السراء والضراء وأنه لا يتحرك وحده في خضم الحياة ، بل ان قوى المؤمنين تسانده وتشد من أزره في مسيرته • ومن ثم كانت الأخوة الخالصة نعمة مضاعفة ، فهي نعمة التجانس الروحي والمادى معا • قال تعالى :

« •• واذكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته إخوانا •• »
(آل عمران : ١٠٣)

ورهب الاسلام من يلعب بهم الشيطان ويغريهم بالتطاول على اخوانهم طلبا للاستعلاء في الأرض ، فبين أن هؤلاء المتطاولين سوف يتضاءلون يوم القيامة ، وعلى قدر ما انتفخوا ينكمشون حتى يصيروا هباء • وفى الحديث : « يحشر المتكبرون يوم القيامة أمثال الذر في صور رجال يغشاهم الذل من كل مكان » • (رواه الترمذى)
وقال تعالى :

« وقال ربكم ادعوني أستجب لكم ، ان الذين يستكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم داخرين » •
(غافر : ٦٠)
« سأصرف عن آياتي الذين يتكبرون في الأرض •• »
(الأعراف : ١٤٦)

« قال فاهبط منها فما يكون لك أن تتكبر فيها فاخرج انك من الصاغرين » •
(الأعراف : ١٣)
وقال رسول الله ﷺ : « قال الله عز وجل : العز ازارى ، والكبرياء ردائى ، فمن ينازعنى عذبتة » • (رواه مسلم)

ومما يمزق أواصر الأخوة التهكم والازدراء والسخرية من الآخرين • ان هذه الأخلاق تنشأ عن جهالة وغفلة • فان من حق الضعيف أن يجد المساندة دون النيل منه ، ومن حق الحائر المقلق الملهوف أن يرشد الى الطريق القويم لا التهكم عليه • واذا وجدت

بشخص عاهة أو عرضت له سيئة فأخر ما يتوقع من أخيه المسلم أن يجعل ذلك مثار تندره واستهزائه • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيرا منهم ولا نساء من نساء عسى أن يكن خيرا منهن » •

(الحجرات : ١١)

ومما اتخذته الاسلام لصيانة الأخوة ومحو الفروق المصطنعة ، تأكيد التكافؤ في الدم والتساوى في الحق ، واشعار العامة والخاصة بأن التفاخر بالأنساب باطل • فلا يفضل أحد أخاه في الاسلام الا بالتقوى والعمل الصالح • قال رسول الله ﷺ :

« اذا كان يوم القيامة أمر الله مناديا ينادى : ألا انى جعلت نسباً ، وجعلتم نسباً • فجعلت أكرمكم أتقاكم ، فأبيتم الا أن تقولوا : فلان بن فلان • فالיום أرفع نسبى وأضع أنسابكم » • (رواه البيهقي)

وهذا تأكيد لقوله تعالى :

« فاذا نفخ في الصور فلا أنساب بينهم يومئذ ولا يتساءلون • فمن ثقلت موازينه فأولئك هم المفلحون • ومن خفت موازينه فأولئك الذين خسروا أنفسهم في جهنم خالدون » •

(المؤمنون : ١٠١ - ١٠٣)

عاشرا - الاتحاد والتعاون :

تقوم شرائع الاسلام وآدابه على اعتبار الفرد جزءا لا يتجزأ ولا ينفصم من كيان الأمة ، وعضوا موصولا بجسمها لا ينفك عنها ، فهو - طوعا أو كرها - يأخذ نصيبه مما يتوزع على الجسم كله من غذاء ونمو وشعور • وقد جاء الخطاب الالهي مقرا هذا الوضع ، فلم يتجه للفرد وحده بالأمر والنهي ، انما تناول الجماعة كلها بالتأديب والارشاد • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا اركعوا واسجدوا واعبدوا ربكم وافعلوا الخير لعلكم تفلحون • وجاهدوا في الله حق جهاده » •

(الحج : ٧٧ ، ٧٨)

فإذا وقف المسلم بين يدي ربه ليتضرع اليه ويناجيه ، لم تجر
العبادة على لسانه كعبد منفصل عن اخوانه ، بل كطرف من مجموع
متسق مرتبط يقول : « اياك نعبد واياك نستعين » •

(الفاتحة : ٥)

ثم يسأل الله من خيره وهده ، فلا يختص نفسه بالدعاء ، بل
يطلب رحمة الله له ولغيره ، فيقول :

« اهدنا الصراط المستقيم • صراط الذين أنعمت عليهم » •

(الفاتحة : ٦ - ٧)

ان الله عز وجل لم يخلق الناس لينقسموا ويختلفوا •• لقد شرع
لهم ديناً واحداً ، وأرسل أنبياءه تترى ليقودوا الناس كافة في طريق
واحد ، وحرّم عليهم من الأزل أن يصدعوا الدين وأن يتفرقوا حوله •

بيد أن الناس في غمرة الحياة واتباع الشهوات تناسوا هذه
الوصية الكريمة ، وتنكروا لهذا التراث العظيم ، فانقسم الناس
أحزاباً ، وصار كل حزب يكيد للآخر ويتربص به ^(٢٦) • قال تعالى :

« يا أيها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحاً ، انى بما
تعملون عليم • وان هذه أمتكم أمة واحدة وأنا ربكم فاتقون • فتقطعوا
أمرهم بينهم زبوا ، كل حزب بما لديهم فرحون • فذرهم فى غمرتهم
حتى حين » •

(المؤمنون : ٥١ - ٥٤)

وبين الله عز وجل أن اتباع الهوى ومتابعة البغى هو سر هذا
الافتراق الواسع •• والحق أن العلم عندما ينفصل عن الخلق ،
ويفارقه الاخلاص ، يسمى وبالا على أهله وعلى الناس • وقد كان
رسول الله ﷺ يستعيز بالله من علم لا ينفع •• وقال تعالى :

« وما تفرقوا الا من بعد ما جاءهم العلم بغيا بينهم •• »

(الشورى : ١٤)

فالنظر الى ضراوة العلم عندما يفقد الاخلاص لله والرفق بالعباد كيف يثير الفرقة ، ويقطع ما أمر الله به أن يوصل .. أن اختلاف الأفهام وتضارب الآراء ليس بمستغرب فى الحياة ، ولكن ليس هذا سبب التقاطع والشقاق . انما يعود سبب الشقاق الى اسهام عوامل أخرى وانضمامها ، تستغل تباين الأفكار والآراء للتفتيس عن أهواء باطنة . ومن ثم ينقلب البحث عن الحقيقة الى ضرب من العناد لاصلة له بالعلم البتة . ولما كان هذا الاختلاف المريب مفسدا لدين الله ودنيا الناس فقد اعتبره الاسلام انفصالا عنه . قال تعالى فى كتابه الكريم محذرا المسلمين من الخلاف فى الدين والتفرق فى فهمه شيعا متناحرة كما فعل الاولون :

« ولا تكونوا كالذين تفرقوا واختلفوا من بعد ما جاءهم اليينات ، وأولئك لهم عذاب عظيم . يوم تبيض وجوه وتسود وجوه ، فأما الذين اسودت وجوههم أكفرتم بعد ايمانكم فذوقوا العذاب بما كنتم تكفرون . وأما الذين ابيضت وجوههم غفى رحمة الله هم فيها خالدون » .
(آل عمران : ١٠٥ — ١٠٧)

ان ائتلاف القلوب والمشاعر ، واتحاد الغايات والمناهج ، من أوضح تعاليم الاسلام ، وألزم صفات المسلمين المخلصين . ولا ريب أن توحيد الصفوف واجتماع الكلمة هما الدعامة الوطيدة لبقاء الأمة ، ودوام دولتها ، ونجاح رسالتها . ولئن كانت كلمة التوحيد باب الاسلام فان توحيد الكلمة سر البقاء فيه ، والابقاء على رسالته ، والضمان الأول للقاء الله سبحانه وتعالى بوجه مشرق وصفحة نقية .

ولكى يمتزج المسلم بالمجتمع الذى يحيا فيه شرع الله الجماعة للصلوات اليومية ورغب فى حضورها وتكثير الخطو اليها ، ثم ألزم أهل الحى أو العشيرة أن يلتقوا كل أسبوع لصلاة الجمعة . وبعد هذا دعا الى اجتماع أكبر فى صلاة العيد جعل مكانه الأرض الفضساء خارج البلدة ، وأمر الرجال والنساء بالمشاركة فيه اتماما للنفع وزيادة فى الخير .. ثم أذن الى حشد أضخم يضم الشتات من المشرق الى المغرب . ففرض الحج ، وجعل له مكانا معلوما وزمانا محدودا ، حتى يجعل اللقاء بين أجناس المسلمين أمرا محتوما .

وكان رسول الله ﷺ شديد التحذير من عواقب الاعتزال والفرقة ،
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم
وكان فى حله وترحاله يوصى بالتجمع والاتحاد ، قال عليه الصلاة
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم
بهم » . (رواه مالك)

« المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » .
(رواه البخارى ومسلم)

وقال تعالى :

« والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف
وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله،
أولئك سيرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » . (التوبة : ٧١)

ان الناس اذا لم يجمعهم الحق شعبهم وشقتهم الباطل ، واذا
لم توحدهم عبادة الرحمن مزقتهم عبادة الشيطان ، واذا لم يستهوههم
نعيم الآخرة تخاصموا على متاع الدنيا . لذلك كان التطاحن المر من
خصائص الجاهلية المظلمة وصفة من لا ايمان لهم . قال رسول الله
ﷺ : « لا ترجعوا بعدى كفارا ، يضرب بعضكم رقاب بعض » .
(رواه الترمذى)

ان الشقاق يضعف الأمم القوية ، ويميت الأمم الضعيفة . ولذلك
جعل الله أول عظة للمسلمين — بعد انتصارهم فى غزوة « بدر » —
أن يوحدوا صفوفهم ويجمعوا أمرهم . ولما تطلعت النفوس للغنائم،
تشتبهى حظها وتتنافس على اقتسامها نزل قوله تعالى :

« يسألونك عن الأنفال ، قل الأنفال لله والرسول ، فاتقوا الله
وأصلحوا ذات بينكم ، وأطيعوا الله ورسوله ان كنتم مؤمنين » .
(الأنفال : ١)

ثم أفهمهم أن الاتحاد فى العمل لله هو طريق النصر المحقق .
قال تعالى :

« وأطيعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم » .
(الأنفال : ٤٦)

وحذرهم من أن يسلكوا فى التكالب على الدنيا مسلك الذين
لا يرجون عند الله ثوابا ، فقال تعالى :

« ولا تكونوا كالذين خرجوا من ديارهم بطرا ورئاء الناس
ويصدون عن سبيل الله ، والله بما يعملون محيط » .
(الأنفال : ٤٧)

ثم تلقى المسلمون فى « أحد » لطمة موجعة أفقدتهم عددا
لا يستهان به من أبطالهم ، وردتهم الى المدينة وهم يعاننون الأمرين من
خزى الهزيمة وشماتة الكافرين . ولم ذلك ؟ مع أن ايمانهم لم يتزعزع
.. ذلك لأنهم تنازعوا وانقسموا وعصوا الله ورسوله . قال تعالى :
« ولقد صدقكم الله وعده اذ تحسبونهم باذنه ، حتى اذا فشلتم
وتنازعتم فى الأمر وعصيتهم من بعد ما أراكم ما تحبون ، منكم من يريد
الدنيا ومنكم من يريد الآخرة ، ثم صرفكم عنهم ليبتليكم .. » .
(آل عمران : ١٥٢)

وكان ذلك يعود الى انحلال عرى المسلمين وتفرقهم .

● الخلاصة :

يتلخص هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد وتنمو فيها
قدراته وتستكمل خلالها شخصيته ، فى اطار صحته النفسية . وتبدو
مظاهر النمو النفسى فى النواحي الآتية : التكيف ، اشباع الحاجات
الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية .

٢ — تتميز الشخصية السوية بالميزات السلوكية الآتية : القدرة
على التحكم فى الذات ، تحمل المسؤولية وتقديرها ، التعاون ، القدرة
على الثقة المتبادلة ، الانسانية ، الديمقراطية ، مستوى الطموح .
(٩ — الشخصية السوية)

٣ — هناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها تتلخص فى : تفتح الفرد لخبراته ، والقناعة الذاتية ، والوعى بالعلاقات مع الآخرين ، والاتجاه المنتج ، والعلاقة بالذات الحقيقية ، والشعور الاجتماعى أى التوحد مع البشر ، والشخص المحقق لذاته ، والقدرة على الخلق والابداع •

٤ — تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث فى بيئتها من تغير • وعندما يطرأ تغير على البيئة فان الكائن يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته •

٥ — تتلخص المؤثرات التى تشير الى التوافق والصحة النفسية للأفراد فى الآتى :

مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته ، مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية ، مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه ، مدى كفاءة الفرد فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية ، تنوع نشاط الفرد وشموله ، اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته ، ثبات اتجاهات الفرد ، وتصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته •

٦ — ان دراسة الشخصية تدعونا الى الاهتمام بموضوع الأخلاق والدين وعلاقتها بالشخصية • ان الأخلاق فى الاسلام طرقت جميع جوانب الحياة الانسانية سواء أكانت روحية أو جسمية ، دينية أو دنيوية ، عقلية أو انفعالية ، فردية أو اجتماعية • ويحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء الخلق • ومن أهم المبادئ والقيم الأخلاقية التى يحث عليها الاسلام ما يأتى : أدب الحديث ، والتسامح والرحمة ، والحلم والصفح ، والعدالة فى الأقوال والأفعال ، والصدق والأمانة ، والوفاء والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد والتعاون •

الفصل الرابع

توافق الشخصية

● مدخل :

التكيف — التوافق — مفهوم مستمد أساسا من علم الحياة « البيولوجيا » فيشير هذا المفهوم الى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذى يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء •• ووفقا لهذا المفهوم يمكن أن يوصف سلوك الانسان كرد فعل للعديد من المطالب والضغوط البيئية التى يعيش فيها ، كالمناخ وغيره من عناصر الطبيعة • ففى فصل الصيف يحاول الانسان أن يتخفف من ملابسه ، فيرتدى أخف الثياب كي يتلاءم مع الجو الحار ، بينما فى فصل الشتاء يحاول أن يتدثر فى الملابس الثقيلة التى تقيه غائلة البرد • وفى الجو الحار يعمل الانسان على أن يتقى حرارة الشمس ويستخدم وسائل التبريد المختلفة ، ويتناول الرطبات ويتناول الأطعمة الخفيفة ، بينما يحاول فى شهور الشتاء أن يستخدم وسائل التدفئة ، ويتناول الأطعمة الدسمة كي تبعث الحرارة فى جسمه •• وتستهدف هذه العملية بأشكالها المختلفة تلاؤم الفرد مع الظروف البيئية الطبيعية التى يعيش فيها من أجل البقاء ، حسب النظرية البيولوجية للتوافق والتكيف •

ولقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجى للتكيف — والذى أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح « مواءمة » (Adaptation) — واستخدم فى المجالات النفسية والاجتماعية تحت مصطلح « تكيف / توافق » (Adjustment) • فالانسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية ،

يستطيع أن يتوافق مع الظروف النفسية والاجتماعية المحيطة به والتي تستلزم منه باستمرار أن يتلاءم ويتكيف معها • وتدفع ظروف الحياة الفرد الى هذا التكيف ، ويساعده على ذلك ما لديه من ذكاء وقدرة على التطبع الاجتماعى •• ففى الطفولة مثلا يتطلب الآباء من الطفل أن يوائم نفسه ويكيفها مع مطالب البيئة وأن يعمل على اكتساب العادات والقيم وأنماط السلوك المقبولة ، وكذلك بالنسبة للراشد حيث يتوقع منه التوافق والمواءمة فى مجالات الدراسة والعمل والأسرة •

ان كل مرحلة من مراحل النمو تتطلب من الفرد أن يقوم بأدوار اجتماعية ونفسية معينة •• فالأدوار التى يقوم بها الفرد فى مرحلة الطفولة تختلف عن الأدوار التى يقوم بها فى شبابه أو كهولته • والانسان عادة يقوم بأداء أكثر من دور عندما يصل الى مرحلة الرشد ، وهذا يتطلب منه أن يزيد من قدراته على التوافق الاجتماعى وتعديل سلوكه (١) •

* * *

أبعاد التوافق

هناك ثلاثة أبعاد للتوافق :

- ١ — التوافق الشخصى •
- ٢ — التوافق الاجتماعى •
- ٣ — التوافق المهنى •

وسنناقش فيما يلى كلا من هذه الأبعاد ••

أولا — التوافق الشخصى :

هو أن يكون الشخص راضيا عن نفسه ، غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو عديم الثقة بها ، كما تنقسم حياته النفسية بالخلو

(١) مصطفى نهى : التكيف النفسى • القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ ،

من الصراعات النفسية والتوترات التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص . فالتوافق الشخصي يتضمن السعادة مع النفس والمرضا عنها ، واشباع الدوافع والحاجات الأساسية ، ويعبر عن أمن داخلي دون صراع أو شعور بالاحباط أو بالمرارة ، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحل المختلفة .

ان الشخص المتوافق/النسوى هو الذى يقف من المشكلات التي تواجهه موقفا ايجابيا بناءاً ، بمعنى أنه يواجه العوامل التي تسبب المشكلات ويحاول — في حدود امكاناته أن يزيل هذه العوامل أو يتغلب عليها من خلال مواجهتها مواجهة موضوعية . أما الشخص غير المتوافق فهو الذى لا يستطيع أن يعالج العوامل المسببة للمشكلة بل يعالج مظاهرها فقط . وبمعنى آخر فهو يحاول أن يخفف من حدة التوتر الناشئ عن المشكلات التي يواجهها في المجتمع اما عن طريق الهروب من المجتمع ، أو العدوان على المجتمع ، أو استعطافه واستجداء شفقتة . وباختصار فانه يتكيف للبيئة بطريقة أو بأخرى من الطرق السلبية غير السوية .

ان الأساس في انعدام التوافق الشخصي هو وجود صراع انفعالي لا شعورى حاد . . وينشأ هذا الصراع عادة في مرحلة الطفولة ، حيث يكتسب الطفل هذا الصراع من والديه أو من يقوم مقامهما في تربيته وتنشئته الاجتماعية . ولكن ليس معنى هذا أن الوالدين يعلمان طفلهما هذا الصراع عن وعى وادراك ، بل ان الطرق الخاطئة التي يتبعها الوالدان في معاملة طفلهما هي التي تسبب هذا الصراع اللاشعورى عند الأطفال . والواقع أن الصراع من خواص الحياة في كل سن وفي كل مرحلة وفي كل طبقة اجتماعية ، ولكن أنواع الصراع تختلف فيما بينها ، فبعضها ضعيف والبعض الآخر قوى ، كما أن البعض شعورى والبعض الآخر لا شعورى .

ان تفسير الانحراف النفسى الناتج من الظروف الاجتماعية التي يمر بها الفرد تحتاج الى أن نوضح بعض العوامل النفسية التي

تتوسط بين هذه الظروف الاجتماعية من ناحية وبين الانحرافات السلوكية من ناحية أخرى • وهذه العوامل هي :

- ١ — الاحباط •
- ٢ — الصراع •
- ٣ — القلق •
- ٤ — الكبت •

وسنناقش هذه العوامل فيما يأتي (٢) :

١ — الاحباط :

« الاحباط هو تلك العملية التي تتضمن ادراك الفرد لعائق يحول دون اشباع حاجاته أو تحقيق هدفه ، أو توقع الفرد حدوث هذا العائق في المستقبل » •

ويحدث الاحباط نتيجة لادراك الفرد للظروف والمواقف التي تحيط به ، والتي قد تختلف من فرد الى آخر •• فقد ينظر شخص الى موقف ما على أنه عامل احباطي الى حد كبير بينما ينظر شخص آخر نفس الموقف على أنه غير محبط ، وقد يسبب موقف ما الرضا للبعض بينما يسبب الضيق للبعض الآخر • ويتوقف نظرة الفرد الى الموقف وما اذا كان احباطيا ، على دوافع الفرد ومعتقداته وحاجاته وخبراته • ومن العوامل الهامة التي تحدد ادراك الفرد للموقف الاحباطي مدى ثقة الفرد بذاته ، فالانسان الذي تمكنه ظروفه وامكاناته من التغلب على ما يصادفه من عقبات يحرز قدرا كبيرا من الثقة بالنفس • وتحدد ثقة الفرد بذاته مدى ادراكه للمواقف الاحباطية ، فالشخص الذي يثق بنفسه يستطيع أن يتغلب على المواقف الاحباطية • ويتأثر هذا الادراك أيضا بمدى ثقة الفرد في البيئة المحيطة به ، وتتضمن هذه البيئة الأشخاص الآخرين ، والبيئة الطبيعية المحيطة بالفرد ، والبيئة الثقافية بما فيها من عناصر مختلفة • فاذا كانت هذه العوامل تتفاعل بحيث تشبع للفرد دوافعه وحاجاته وتعترف له بالمكانة والتقدير ،

(٢) سيد عبد الحميد مرسى : سيكولوجية المهن (ط ٤) . القاهرة :

فان الفرد سوف يثق فى بيئته ، وتصبح نظرتة اليها مليئة بالتفاؤل والأمل . أما اذا كانت هذه العوامل البيئية تقيم حواجز أو عوائق فى طريق اشباع الفرد لحاجاته فان ثقته بها ستضعف ، وبالتالي سيتوقع منها الاحباط ، بما يؤثر فى ادراكه للمواقف الاحباطية ، وبالتالي يؤثر فى سلوكه . فعندما تضعف ثقة الفرد فى بيئته فانه سيترك فى نوايا الآخرين ، ويفقد الثقة فى التنظيمات الاجتماعية السائدة فى البيئة ، ويتمنى فى قرارة نفسه انهيار البناء الاجتماعى القائم فى المجتمع . ويمكن تقسيم الاحباط الى « احباط خارجى » و « احباط داخلى » .

(أ) الاحباط الخارجى — وينقسم الى :

١ — العوز الخارجى (الاحتياج) : وهو يتضمن نقصا فى حاجات الفرد الخارجية . ومن أمثلة ذلك : حالة الفقر التى تكون سببا فى عدم اشباع الكثير من حاجات الفرد ، وكذلك حال الشخص الذى فقد والده فى طفولته فانه يشعر بالحاجة الى شخص يعتمد عليه . وهذا العوز جزء من واقع الشخص ويستمر معه مدة طويلة .

٢ — الحرمان الخارجى : وهو يعنى الحرمان الناشئ عن فقد الشخص لشيء خارجى كان يملكه ، مثل فقد عمل أو ممتلكات أو صديق عزيز . ويسبب هذا النوع من الحرمان احباطا شديدا ، خاصة اذا كان مفاجئا ، حيث يتطلب إعادة توافق الفرد مع بيئته .

٣ — الاعاقة الخارجية : وهى تتدخل بين الفرد وهدفه الذى يسعى الى تحقيقه فتحول دون تحقيق هذا الهدف . ومن أمثلة ذلك الأبواب المغلقة والطرق المسدودة والبعد فى المسافة وغير ذلك من العوائق المادية . وهناك أيضا عوائق اجتماعية تحول بين الفرد وتحقيق أهدافه ، كالمكانة الاجتماعية أو عدم التقبل أو النبذ ، وهذه تكون أشد وطأة من العوائق المادية .

(ب) الاحباط الداخلى - وينقسم الى :

١ - **الموز (الاحتياج) الداخلى :** ومن أمثلة ذلك العيوب والتشوهات الخلقية كفقدان السمع أو البصر أو الشلل أو التخلف العقلى أو ضعف البنية •

٢ - **الحرمان الداخلى :** ويتضمن فقدان المفاجيء للبصر أو للسمع أو لأى عضو من أعضاء الجسم كان يتمتع به الفرد من قبل • مثال ذلك : فقد أحد عازفى البيانو لأصابع يديه فى حادث مثلا يسبب له احباطا شديدا أكثر مما يتعرض له شخص فقد أصابعه فى طفولته المكرة •

٣ - **الاعاقة الداخلية :** مثال ذلك ، الرغبة فى حضور اجتماعين حدد لهما وقت واحد ، وهذا النوع من الاعاقة الداخلية يطلق عليه أحيانا لقب « صراع » •

٢ - الصراع :

تؤدى بنا دراسة الاحباط الى دراسة عملية أخرى هى «الصراع» والصراع يتضمن وجود دافعين متعارضين يتعذر اشباعهما فى وقت واحد • وينقسم الصراع الى ثلاثة أنواع :

(١) صراع الاقدام :

يتمثل هذا النوع من الصراع فى وجود موقفين متعادلين من حيث الصفات التى تجذب الفرد نحو كل منهما ، ولكن يتعذر عليه اشباعهما فى وقت واحد • مثال ذلك : الذى يمارس احدى ألعابه المفضلة ، وهو فى الوقت نفسه جائع وقد حان وقت تناول الطعام ، فهو هنا قد تعرض لنوع من الصراع المؤقت فى سبيل الوصول الى قرار معين يؤدى به الى تفضيل أحد الموضوعين على الآخر ، اما أن يستمر فى اللعب ويتنازل عن تناول الطعام مؤقتا ، أو يتناول الطعام ويؤجل اللعب الى وقت آخر •

(ب) صراع الاقدام / الاحجام :

وهو يتمثل فى وجود أمرين يود الشخص تحقيق أحدهما ، ولكن الأمر الآخر يمنعه من ذلك • وبمعنى آخر ينشأ هذا الصراع عن وجود رعبتين متعارضتين احدهما موجبة والأخرى سالبة • وفى كثير من الأحيان يكون للموقف الواحد الذى يتعرض له الشخص عوامل مشجعة على الاقتراب منه وأخرى منفرة منه • مثال ذلك : الطالب الذى يرغب فى النجاح بدرجة ممتازة ، وفى الوقت نفسه يخشى على صحته من الاجهاد وبذل الجهد الكبير •

ونشير هنا الى أنه عندما تكون الصفات الموجبة والصفات السالبة ذات درجة واحدة من الأهمية فإن الصراع يكون قويا ، ويتأرجح الفرد نتيجة لذلك بين الاقدام والاحجام •• فهو عند اقدمائه على الموقف المفضل تكبر فى نظره أضرار اقترابه وتتجسم فيبتعد عن الموقف ، وبمجرد ابتعاده تكبر فى نظره ميزات الموقف فيحاول الاقتراب ثانية ، ويظل هكذا متأرجحا بين الاقدام والاحجام • ان هذا النوع من الصراع كبير الأهمية بالنسبة لعملية التوافق ، اذ أن الوصول الى حل لهذا الصراع أمر صعب ، فكل حل يلجأ اليه الفرد يكون مصحوبا بالاحباط • ان حل المشكلة لا بد أن يتضمن أحد أمرين : اما أن يفقد شيئا يحبه أو يقبل شيئا لا يرغب فيه •

(ج) صراع الاحجام :

يتمثل هذا الصراع فى وجود الشخص أمام حالة ينشأ عنها موقفان كلاهما يلحق به ضررا ما •• مثال ذلك : حالة الجندى الذى يجد نفسه على أبواب معركة ، فإنه يجد نفسه متنازعا بين دافعين : حرصه على حياته وخوفه من الموت ، ودافع آخر هو خوفه من العار الذى يلحق به اذا هرب من المعركة والمحاكمة التى تنتظره • فالفرد هنا يواجه موقفين سلبيين أحدهما مر ويلحق به ضررا ، ولكى يتجنب أحدهما فإنه يضطر لمواجهة الآخر • وصراع الاحجام هذا يسمى

« صراع الاحراج » • والواقع أننا نجد كثيرا من الأفراد لا يستطيعون فى مثل هذا الموقف أن يختاروا اتجاها معينا للسير فيه ، ويكون نتيجة ذلك أن يزداد تردد الفرد بين الموقفين ويعانى « القلق » الشديد •

٣ - القلق :

بناء على مناقشاتنا السابقة للصراع يمكن القول بأن القلق هو العامل الأساسى الذى يتدخل فى حالات الانصراف النفسى • ولكى ندرك معنى القلق لا بد أن نميز بينه وبين الخوف • فالخوف يعتبر استجابة متعلمة مشتقة من الألم ، هذا بجانب أن له صفة الدافع ، اذ يمكن عن طريق خفضه تعلم استجابات جديدة • ويشارك القلق الخوف فى هذه الصفات ، كما أنه يشترك معه فى معظم الأعراض الخارجية أيضا • فمن أعراض القلق : اضطرابات فى القلب كالخفقان ، واضطرابات فى النفس ، ونوبات من الدوار والاسهال وافرار العرق ، والشعور بالاعياء مما قد يصل الى حد الاغماء ، والقيء ، ونوبات من الارتجاف والتشنج العضلى ، وشدة التوتر والاستعداد للتهيج لأتفه الأسباب ، والاحساس العام بعدم الراحة •

ولكن القلق يختلف عن الخوف من ثلاثة نواح : الأولى ، هى أن الخوف استجابة انفعالية لخطر خارجى محدد ، فقد يخاف الجراح على حياة مريضه وتزداد عنايته به • أما القلق فيمكن أن نسميه الخوف من المجهول ، فهو الخوف الذى لا أساس له فى العالم الواقعى • وكثيرا ماتسمع الأشخاص الذين يعانون قلقا مرضيا يقررون أنهم لا يعرفون لخوفهم مصدرا ، فهم يخافون من أنفسهم أو يخافون من لا شئ أو لا يعرفون مم يخافون • ومثل هذا الخوف يظهر بوضوح فى المواقف الجديدة التى يواجهها الفرد القلق لأول مرة مثل الاقبال على الزواج أو تحمل مسئولية جديدة أو السفر ، دون أن يكون لذلك سبب معقول •

والناحية الثانية التى يختلف فيها القلق عن الخوف هى أنه على الرغم من أن كلا من الخوف والقلق حالات توقعية الا أن مثيرات القلق

تأتى من داخل الفرد نفسه ، من دوافع معينة لارتكاب سلوك محرم وليس من خطر خارجى • وفى أثناء عقاب الطفل مثلا على الاستجابات المحرمة يكتسب الخوف نتيجة لارتباط هذه الاستجابات بالألم الناتج عن العقاب ، فيصبح الخوف مرتبطا بهذه الاستجابات وكذلك بالدوافع التى أدت اليها ، فكلما أثرت هذه الدوافع فانها تستثير معها القلق •

وهذا يؤدى بنا الى الناحية الثالثة التى يختلف فيها القلق عن الخوف •• تلك هى أن الألم الذى يتوسط فى اكتساب القلق ناتج عن عملية عقاب اجتماعية ، يوقعها عادة الأبوان أو من يقوم مقامهما ، وهذا مما يزيد من حدة الانفعال فى حالة القلق ، فالأبوان — بحكم اقترانهما فى خبرة الطفل بالعقاب — يصبحان هما ذاتهما من مثيرات الخوف • وهذا هو أساس الشعور بالتناقض الوجدانى فى معظم الثقافات المتحضرة •• فكلما أن الوالدين يكافئان الطفل فانهما يعاقبانه كذلك ، الى جانب أنهما يوفران له الدفء العاطفى والرعاية والأمن والاشباع فانهما أيضا يثيران عنده الخوف ويسببان له الألم والقوتر • وعلى ذلك فلا يجد المطفل مفرأ من أن يحب والديه ويرغبهما من ناحية ، كما بخافهما ويكرههما من ناحية أخرى • ولكن كراهية الوالدين تعتبر من أكبر مظاهر العدوان التى تجلب عقاب المجتمع ، ولذلك فان هذه الكراهية نفسها تصبح مثيرة للقلق •• وهكذا تتكرر مرة أخرى تلك العملية التى يكتسب القلق من خلالها •

٤ — الكبت :

مما يزيد الأمر تعقيدا بالنسبة للقلق عملية أخرى تعتبر نتيجة له ومسئولة عن ذلك الغموض الذى يحيط به ، تلك هى عملية « الكبت » • ومعنى الكبت استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من الشعور •• فعندما يعاقب الأبوان الطفل لفعل خاطئ فان الدافع لارتكاب هذا الفعل يصبح مثيرا للقلق ، ولما كان القلق ذاته صفة للدافع فان القلق فى هذه الحالة يدفع الى عدة استجابات للتخلص من هذا المثير • ولما كان

المثير فى حالة القلق هو مثير داخلى ، فان الاستجابات التى يمكن أن تحقق هذا الغرض لا تخرج عن أحد الاحتمالات الثلاثة الآتية :

(أ) الهروب من المواقف أو المثيرات التى تبعث هذه الدوافع .

(ب) قمع هذه الدوافع .

(ج) كبت هذه الدوافع .

والاحتمال الأول غير وارد ، اذ يستحيل على الانسان أن يهرب من هذه المواقف ، حيث ان الثقافة التى نعيش فيها مليئة بمواقف التنافس والعدوان والاحباط وما أشبهه ، مما يرتبط بالدوافع التى اقترنت بالعقاب أثناء عملية التطبيع « التنشئة الاجتماعية » كما أن الاحتمال الثانى متعذر ، لأن « القمع » عملية تتطلب توافر القدرة على الاستدلال والحكم والمقارنة وغير ذلك من العمليات العقلية العليا ، التى لا تكون قد نضجت بعد عند الطفل أثناء عملية التطبيع الاجتماعى . فلا يبقى اذن سوى الاحتمال الثالث وهو « الكبت » أى استبعاد هذه الدوافع من الشعور أو من القدرة على التعبير اللغوى — سواء فى ذلك اللغة الظاهرية أو اللغة الداخلية (أى التفكير) .

وليس معنى استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من التفكير أنها تستأصل كلية ، فالمثيرات الداخلية للدوافع المحرمة تظل فعالة وتعمل على استثارة القلق كلما استثّرت باحدى الطرق الرمزية غير اللغوية . فعن طريق الكبت لا يستطيع الشخص أن يقول — سواء بلغة ظاهرة صريحة أو بمجرد التفكير : « أنا أكره أمى » أو « أنا أريد أن أضرب أمى » . ولكن مثل هذا الشخص قد يجد اما لذة كبرى أو ضيقا شديدا عند مشاهدة مباريات الملاكمة أو أفلام العنف أو رؤية اخوانه ينشاجرون ، وذلك دون تفسير واضح لهذه المشاعر ، فان مثل هذه المناظر تثير نزعاته العدوانية بطريقة لا شعورية .

وتلخيصا لما سبق مناقشته فيما يتعلق بالصراع والكبت يمكن القول بأن الطفل فى أثناء سعيه لخفض التوتر الناتج عن دوافعه المختلفة قد يصطدم بالسلطة الخارجية التى تستخدم العقاب فى عملية

التطبيع الاجتماعي • وسرعان ما يتحول الصراع بين الطفل والسلطة الى صراع بين الطفل ونفسه ، أى بين هذه الدوافع من ناحية وبين الخوف من العقاب من ناحية أخرى • ولما كانت هذه الدوافع مقرونة بالألم ومثيرة للخوف ، لذا يكبت الطفل هذه الدوافع ، أى يستبعد من شعوره كل ما يرتبط بها من أفكار أو ذكريات • ولكنها تظل مع ذلك فعالة بطريقة لا شعورية ، ولذا فانها تثير الخوف بطريقة لا شعورية أيضا ، أو بمعنى آخر تثير القلق • • ومعنى ذلك أن عملية الكبت تصبح حلا غير ناجح للصراع ، اذ يظل الصراع قائما بين الدوافع المكبوتة من ناحية وبين القلق المتعلق بها من ناحية أخرى ، ويصبح من الضروري حينئذ اللجوء الى أساليب سلوكية أخرى لحل هذا الصراع • وهذه الأساليب السلوكية التى يتخذها الفرد للتخفيف من حدة القلق الذى يعانیه من ناحية ، ولإشباع دوافعه من ناحية أخرى ، هى ما تسمى « بالأساليب اللاتوافقية للسلوك » أو « الحيل اللاشعورية » ، وسنناقشها فيما بعد •

* * *

ثانيا - التوافق الاجتماعي :

يعيش الانسان فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والعادات والقيم والمبادئ التى يخضعون لها ، للوصول الى حلول لمشكلاتهم بما يضمن استمرار بقائهم بطريقة سليمة •

وتعرف هذه العملية باسم « عملية التطبيع الاجتماعى » • فالتطبيع الاجتماعى يتم فى اطار العلاقات الاجتماعية التى تحيط بالفرد ويتفاعل معها ، سواء أكانت هذه العلاقات فى محيط الأسرة أو المدرسة أو الرفاق أو المجتمع العام • والتطبيع الاجتماعى هنا ذو طبيعة تكوينية ، لأن الكيان الشخصى والاجتماعى للفرد يبدأ فى اكتساب الطابع الاجتماعى السائد فى المجتمع ، من تنمية للحصيلة اللغوية وتشرب بالعادات والتقاليد السائدة وتقبل لبعض المعتقدات ونواحي الاهتمام

التي يؤكد عليها المجتمع • ولكن هذا الطابع الاجتماعي الذي يكتسبه الفرد لا يكتفى لاتمام عملية التطبيع الاجتماعي على الوجه الذي يحقق للفرد قدرا من التوافق الشخصي والاجتماعي ، الا في نطاق الأبعاد التالية :

١ - الالتزام بأخلاقيات المجتمع :

ان عملية التطبيع الاجتماعي للفرد لا بد أن تتضمن التزامه بما في المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي والتاريخي والاجتماعي • وتعتبر هذه الأخلاقيات علامات هامة على طريق الفرد ، تنبئه الى ما في المجتمع من أوامر ونواهي ، بمعنى ما يجبذه من أساليب سلوكية وما ينهى عنه من محرمات وممنوعات ، ونواحي التفضيل المختلفة التي يؤيدها الكيان الثقافي لهذا المجتمع •

ان التزام الفرد بهذه الأخلاقيات ينمي لديه الشعور بالانتماء للمجتمع والتوحد مع الجماعة ، وبمدى رضاها عنه ، وارتياحها لما يصدر عنه ويتفق مع أخلاقيات الجماعة وقيمتها •

٢ - الامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي :

ينظم كل مجتمع انساني مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة والمجتمع العام ، وتحكمها وفقا لمعايير وقوانين ترتضيها الجماعة • والفرد في أثناء عملية التطبيع الاجتماعي يتعرف على هذه القواعد والنظم ويتمثلها ، حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي ونمطا محددًا لسلوكه في الجماعة •

ان نمو قدرة الفرد أثناء عملية التطبيع على الضبط الاجتماعي هو أشبه بالرقيب الذي ينظم حياة الفرد الاجتماعية والنفسية داخل اطار العلاقات الاجتماعية ، وفي أثناء محاولته تأكيد ذاته والتعبير عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته ، وفي سعيه لتحقيق أهدافه ومستويات طموحه •

٣ — التفاعل الاجتماعي والتفاعل العائلى :

يتميز التفاعل العائلى — الأسرى — عن أى تفاعل اجتماعى آخر بخصائص معينة أساسها الود والترابط والحرية والراحة والاستمرار، وتلك صفات لا نراها بوضوح فى أية علاقات اجتماعية أخرى •

ان أهم المؤثرات التى يقابلها الفرد فى طفولته هى تلك التى تأتية من الأسرة ، تلك الخلية الأساسية للمجتمع ، فهى التى تحيط برعايتها فى سنى حياته الأولى • فالأسرة ، كمجتمع صغير ، عبارة عن وحدة حية ديناميكية ، تستهدف تنمية الطفل اجتماعيا • ويتحقق هذا الهدف بصفة مبدئية عن طريق التفاعل العائلى الذى يحدث داخل الأسرة ، والذى يلعب دورا هاما فى تكوين شخصية الطفل وتوجيه سلوكه وقدرته على التوافق مع البيئة الخارجية • ان الطفل فى هذا الجو العائلى يتعلم كيف يمشى ويتكلم وينمو وتتكون شخصيته ، أى أن الطفل يكتسب داخل الأسرة أسلوب تكيّفه مع الاطار الاجتماعى المحيط به وتتكون عاداته واتجاهاته وميوله وأسلوب سلوكه •

ولكى ينمو الطفل نموا اجتماعيا صحيحا يجب أن تتوفر فى هذا الجو الأمور الآتية :

(أ) أن يشعر الطفل بأنه مرغوب فيه ومحبوب ، دون الاسراف فى التدليل ، وتحقيق حاجاته النفسية عن طريق الأسرة •

(ب) تعتبر الأسرة المسرح الأول الذى ينمى فيه الطفل قدراته ، ويكون ذلك عن طريق اللعب ومشاركة اخوانه ورفاقه فى لهوهم ومسراتهم وخبراتهم ، ولا شك فى أن التشجيع والمنافسة المشروعة البناءة أثر هام فى نمو هذه القدرات وتطورها •

(ج) يستطيع الطفل فى محيط الأسرة أن يتعلم كيف يتخلى عن الأنانية ، بمعنى أنه يتعلم كيف يحترم حقوق الغير وكيف يتلاءم مع غيره من أفراد الأسرة ، وأن يجد فى الأبوين القدوة الحسنة •

(د) يتعلم الطفل فى الأسرة مبادئ السلوك والتعامل مع

الآخرين ، ويكون ذلك عن طريق ملاحظته لسلوك أفراد الأسرة واستجاباتهم للمواقف المختلفة •

(هـ) يكتسب الطفل — نتيجة تفاعله وخبراته فى الأسرة — مجموعة من العادات الخاصة بتناول الطعام وارتداء ملابسه والعناية بهندامه والنظافة والمحافظة على النظام والعناية بشئونه وعادات المشى والكلام والحركة والتخاطب مع الآخرين وكيفية معاملتهم •

(و) من خلال الأسرة يتعلم الطفل الكثير ويكتسب العقائد الدينية والأفكار التى تدل على التسامح أو التعصب والمخاوف واحترام النظام والقانون وما أشبه •

وهكذا ، فبقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعية فى الأسرة سليمة وتتم فى جو نفسى اجتماعى يتسم بالأمان والتضامن والمحبة ، بقدر ما يكون ذلك عاملا محددًا لتكيف الفرد وتوافقه فى مراحل عمره المختلفة •

٤ — التفاعل الاجتماعى والجو المدرسى :

لا تقتصر رسالة المدرسة اليوم على حشد المعلومات فى رؤوس التلاميذ ، بل أصبحت المهمة التربوية أساسا • وكذلك المعلم لم تعد رسالته تلقين للمعلومات وإنما أصبح مسئولًا عن تربية التلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا • ان التربية الحديثة تطالب المدرس أو المربي أن يلاحظ تطور التلميذ ويرعاه • وتتحصر عملية التربية — وفقا لهذا المفهوم — فى تحقيق التوافق بين التلميذ والقيم التى تفرضها البيئة ، ويعتمد نجاح العملية التربوية على الطريقة التى يستخدمها المربي لتحقيق هذا التوافق •

ان التعليم — بفضل المناهج الحديثة — يعتبر فرصة طيبة للتلميذ للممارسة والتجريب واكتساب الخبرة ، وفرصة انطلاق الى الخبرة الحية الواقعية لتحقيق تكامل قدراته وشخصيته • والتعليم الذى يحقق

للتلاميذ فرصا فعالة للنمو والتعبير عن أنفسهم ، ينبغي أن تتوافر فيه المقومات الآتية :

(أ) يجب ألا تكون قاعات الدراسة مكتظة بالتلاميذ ، بل ينبغي أن يكون العدد محدودا بحيث يسمح للتلاميذ بحرية الحركة والعمل والانطلاق . . ان العمل المدرسى فى الجو المزدحم بالأعداد الكبيرة من التلاميذ يحمل آثار الروح الدكتاتورية ، حيث يسيطر على قاعة الدراسة النظام التسلطى الذى يلزم المعلم أن يفرض احترام التعليمات والأوامر ، وأن يقيم طاعة التلاميذ له على أساس من الارغام . ومن هنا يشيع جو من البغض والكراهية للمعلم الذى يعمل على أن يحيط نفسه بجو من الرهبة حتى ينال طاعة التلاميذ .

(ب) ان التربية الحديثة يجب أن تستهدف منذ البداية تطبيع التلاميذ اجتماعيا ، وبقدر ما تسعى المدرسة الى هذا التطبيع الاجتماعى بقدر ما تزداد قدرة التلميذ على التوافق مع البيئة . ان قدرة الفرد على أن يصل الى درجة من التوافق مع نفسه تعنى فى مضمونها قدرته على التكيف مع القيم والأهداف التى ارتضاها لنفسه ، وهذه القدرة — بالقالى — تساعد على أن يحقق درجة معقولة من التوافق مع الجماعة التى ينتمى اليها . ويترتب على هذا شعور الفرد بتقبله لذاته ويتقبل الآخرين له ، مما يؤدى الى شعوره بالراحة النفسية والرضا عما يقوم به من تصرفات وسلوك .

(ج) يجب أن تسعى المدرسة الى استخدام عنصر « التشويق » فى الدراسة حتى يجتذب اهتمام التلاميذ للمواد الدراسية . وبقدر نجاح المدرسة فى هذه العملية بقدر ما تستطيع أن تحقق عملية التطبيع الاجتماعى للتلاميذ . ويحتاج عنصر التشويق الى عدم التمسك بقيم بالية لا تصلح للعصر الحديث . . فتصبح المدرسة كخلية النحل تسودها الحركة والمفاعلية من خلال ورش الهوايات والفصول البهيجة المليئة بالوسائل التعليمية ، واشترك التلاميذ فى عمليات النظافة وحفظ النظام والشئون الادارية بالمدرسة ، والاشتراك فى الألعاب وممارسة الهوايات واقامة الحفلات المدرسية وما أشبه .

(د) ان التوجيه التعليمى يمثل جانبا هاما من العملية التربوية ، وهو يستهدف تكييف التعليم وفقا لامكانيات كل فرد حسب قدراته واستعداداته وخواص شخصيته واهتماماته • هذا بالاضافة الى عملية الارشاد النفسى التى تساعد من يعانى مشكلات سوء التوافق من التغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى مختلف شئون حياته • ويقوم بهذه العملية « مرشد نفسى » متخصص سواء بالمدرسة أو بالمنطقة التعليمية •

مما تقدم نستطيع القول ان المدرسة وما تقدمه من أساليب تربوية حديثة تلعب دورا هاما فى عملية التوافق الاجتماعى • وبقدر ما تقدمه المدرسة من أساليب تربوية سليمة ، بقدر ما تغرس من بذور يظهر آثارها بوضوح فى حياة الفرد •• طفلا أم مراهقا ، شابا أم كهلا ، رجلا أم امرأة •

ثالثا - التوافق المهنى :

ننتقل الآن الى مناقشة « التوافق المهنى » باعتباره أحد الفروع المتخصصة للتوافق والتى تتعلق بمجال العمل • ولاشك أن مجال العمل يعتبر من أهم المجالات التى ينبغى أن يحقق فيها الفرد أكبر قدر من التوافق • وترجع هذه الأهمية الى عاملين أساسيين : أحدهما أن الفرد يقضى نسبة كبيرة من وقته فى مجال العمل ، والثانى هو الدور الهام للعمل وتأثيره على حياة الفرد ومكانته (٣) •

ويعرف التوافق المهنى بأنه « توافق الأفراد لدنيا عمله • • فهو يشمل توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية التى تحيط به فى العمل ، وتوافقه للتغيرات التى تطرأ على هذه العوامل على مر الزمن ، وتوافقه لخصائصه الذاتية • وهكذا فان توافق الفرد مع المشرف عليه ، وصاحب

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٠ •

العمل أو المسئول عنه ، ومع زملائه ، وكذلك تتوافقه مع مطالب العمل ، وتوافقه مع ظروف العمل المتغيرة ، وتوافقه مع قدراته الخاصة ، ومع ميوله ، ومع شخصيته ، يعتبر هذا جميعه متضمنا فى مفهوم التوافق المهني » (٤) .

ويمكن أيضا أن نعرف التوافق المهني بالنسبة لنتائجه ، واحدى هذه النتائج هى « الاشباع المهني » . فهناك الرضا الاجمالى عن العمل ، كما أن هناك الرضا عن جوانب معينة من بيئة العمل . ومقياس الرضا الاجمالى عن العمل يسمح للفرد بأن يقيم كل جانب للعمل فيما يتعلق بالأهمية النسبية له . ومقاييس الاشباع المهني لها جوانب كثيرة مترابطة تشير الى التوافق المهني ، من بينها زيادة الأجر ، والتقدم فى العمل ، والثبات والاستقرار فى العمل ، ومكانة العامل ، ومدى الاستفادة من قدرات العامل .

هذا ونستنتج التوافق المهني للفرد من علامتين أساسيتين هما : الرضا/الاشباع (Satisfaction) والارضاء/الكفاية (Satisfactoriness) « فالاشباع » يشمل الرضا الاجمالى عن العمل والرضا عن مختلف جوانب بيئة العمل (المشرف ، الزملاء ، المؤسسة التى يعمل بها ، ظروف العمل ، ساعات العمل ، الأجر ، نوع العمل) ، كما يشمل اشباع حاجاته وتحقيق طموحه . أما « الكفاية » فتتضح من انتاجية الفرد وكفايته . من الطريقة التى ينظر بها اليه مشرفه وزملاؤه والمؤسسة التى يعمل بها . كما تتضح سلبيا من غيابه وتأخره ، ومن اصابته واستهدافه للحوادث ، ومن عدم استقراره فى العمل (٥) .

وللتوافق المهني شروط تتلخص فى الآتى :

١ — شعور الفرد بالرضا عن مستواه الاقتصادى .

Scott, T., et. al.; A Definiton of work Adjustment. (٤)
Minnesota : Industrial Relations center, Univ. of Minnesota,
1958, p. 4 .

Ibid., p. 58 .

(٥)

- ٢ — شعور الفرد باهتمام صاحب العمل به كإنسان له مكانته الذاتية •
- ٣ — تأكده من أن رؤسائه ليسوا رقباء عليه بقدر ما هم موجهون له •
- ٤ — حب الفرد للعمل الذى يؤديه ، وشعوره بالأمن والاستقرار فى العمل •
- ٥ — توافر فرص الترقى فى العمل •
- ٦ — توافر فرص الاستزادة من المعرفة والتقدم فى العمل •
- ٧ — توافر الفرص للفرد للاستفادة من آرائه وأفكاره فى الانتاج •

* * *

● تحقيق التوافق المهنى فى الصناعة (٦) :

ولكى نعمل على تحقيق التوافق المهنى ورفع مستواه فى الصناعة ينبغى العمل على تحسين توافق الفرد وعلاقاته مع مكونات بيئته المهنية ، وهى تشمل ما يأتى : علاقة العامل بحرفته ، علاقته بنظام المؤسسة ، علاقته بالرؤساء ، علاقته بزملائه ، علاقته بظروف العمل ، علاقته بآلات وأدوات العمل ، علاقته ببيئته خارج المؤسسة • وفيما يلى مناقشة لهذه العلاقات :

١ — فبالنسبة « لعلاقة العامل بحرفته » • نجد ضرورة لوضع الفرد فى العمل الملائم له والذى يتناسب مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته • وتساعدنا بالدرجة الأولى على تحقيق ذلك عمليتان هما : عملية « الانتقاء المهنى » وعملية « التوجيه المهنى » ، وان فشلنا فى تحقيق ذلك يتسبب عنه ترك الكثيرين لأعمالهم وانتقالهم الى غيرها لفشلهم فيها • فالعامل الذى يعجز عن الاستقرار فى حرفة معينة هو ذلك الذى لم يصادف العمل الذى يناسبه منذ البداية • ولعلنا ندرك

(٦) فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعى والتنظيمى ، دار المعارف

مقدار ما يعانيه العامل من كثرة التنقل بين الأعمال من شعور بالمرارة والاحباط واليأس وفقد الثقة بالنفس والقلق ، وما ينتج عن ذلك من انعكاس هذا الشعور فى علاقاته مع رؤسائه وزملائه ومع نفسه . كما أنه بحاجة دائمة الى اعادة التوافق مع البيئات الجديدة والأعمال الجديدة ، علاوة على فترات التعطل التى تواجهه فيما بين ترك عمل والالتحاق بعمل آخر . هذا بالاضافة الى ما يعود على المؤسسة من نفع كبير ان هى أحسنت وضع العامل فى المكان الذى يناسبه حيث تريد انتاجيته ويحسن توافقه مع العمل .

٢ - وبالنسبة لعلاقة العامل بنظام المؤسسة ، فان العامل المتوافق مع عمله يكون عادة على علاقة طيبة مع النظام والجهات الادارية بالمؤسسة . ولعل المسئولين عن دراسة شكاوى العاملين وما يقومون به من مشاغبات يدرك أن أغلبها يصدر عن الفاشلين فى أعمالهم . فالشخص الذى لا يحقق الرضا النفسى عن طريق العمل يحاول تحقيق ذلك من خلال القيام بأعمال الاضطراب والشغب بالمؤسسة ، وبذلك ينجح فى أن يصرف غيره عما فشل فى تحقيقه ، ويرضى اعتباره لذاته عن طريق ترعمه لهذه الحركات . لهذا ينبغى أن تقوم المؤسسة بدراسة الأسباب الحقيقية التى تؤدى بالعامل لأن تسوء علاقته بنظام المؤسسة وهيئاتها الادارية ، وتعمل جادة على ازالتها .

٣ - وبالنسبة لعلاقات العامل مع الرؤساء ، فينبغى على المؤسسة الانتاجية أن تعمل على أن تسود العلاقات الاجتماعية والنفسية الصحيحة بين الرئيس والمرؤوس . وتشير البحوث والدراسات فى هذا المجال الى أهمية القيام بالأشياء التى تؤدى الى تنمية علاقات نفسية صحية بين المشرف والعاملين والتى تتلخص فى الآتى :

- معاملة المرؤوسين معاملة انسانية كريمة .
- تمثيلهم تمثيلا أميناً لدى الادارة العليا للمؤسسة .
- تطبيق قوانين ونظم الشركة عليهم تطبيقاً مرناً .
- اخلاصه فى ارشادهم وتوجيههم .

- أن يكون قدوة حسنة أمام رؤوسيه •
- إتاحة الفرصة لهم للتقدم المهني والنمو •
- التعامل مع كل منهم وفقا لطاقاته وامكاناته •
- وضع كل فرد فى العمل الذى يلائمه •
- حماية رؤوسيه والدفاع عنهم وقت اللزوم •
- تنمية ولائهم للمؤسسة عن طريق معاملتهم معاملة انسانية واشباع حاجاتهم ورغباتهم •

٤ — وبالنسبة لعلاقة العامل بزملائه ، نجد أن الظاهرتين الأساسيتين اللتين تحددان العلاقة بين العامل وزميله داخل المؤسسة هما « التعاون والمنافسة » • وتلجأ أغلب المؤسسات الانتاجية الى استخدام عنصر « المنافسة » اما استخداما صريحا أو ضمنيا • ولسنا ننكر ما يعود على المؤسسة من فوائد مباشرة من وراء هذا التنافس ، ولكن علينا أن نضع فى اعتبارنا ما قد يجره هذا التنافس الفردى من افساد للعلاقات الداخلية فيما بين العاملين ، وتبادل مظاهر العدوان الناشئ عن الاحباط الذى تحدثه هذه المنافسة الفردية بين الزملاء • لهذا ينبغى ألا نعتبر التعاون والمنافسة متعارضين تعارضا تاما ، بل كلما أمكن الجمع بينهما استطعنا أن نستخدمهما بالطريقة التى تضمن سلامة العلاقات المتبادلة فيما بين العاملين •

وبالاضافة الى ذلك ، فان اهتمام المؤسسة باشاء النوادى وتشجيع النشاط الرياضى واقامة الحفلات الترفيهية والرحلات وغيرها من أوجه النشاط الاجتماعى والثقافى ، يساعد على تحسين مستوى علاقات العامل بزملائه وتوافقه معهم •

٥ — وبالنسبة لعلاقة العامل بظروف العمل ، فان معظم هذه الظروف بيئية كالإضاءة والتهوية والوضوء ونظام فترات الراحة والعمل وعوامل التعب الضجر / الملل ما أشبه • فعلى المؤسسة — اضافة الى وضع كل فرد فى العمل الذى يلائم امكاناته واهتماماته وميزات شخصيته — أن تهيب له الظروف البيئية المناسبة لاستمرار توافقه •

ومن شأن تهيئة هذه الظروف أن ترفع مستوى الكفاية الانتاجية وتزيد من رضا العامل عن عمله وتوافقه •

٦ - وبالنسبة لعلاقة العامل بآلات العمل وأدواته ، نجد أنه ، بالإضافة الى النظم واللوائح والأشخاص الذين يتعامل معهم ، فإنه يحثك بالآلات والأدوات التي يستخدمها في الانتاج • كما أن سلامته وأمنه يتوقفان على حسن استعمالها بما يضمن عدم تعرضه للحوادث • وقد أوضحت الدراسات التي تناولت موضوع الحوادث أن هناك عوامل نفسية تذهن وراء هذه الحوادث ، سواء أكانت اضطرابات انفعالية أو قصور في القدرات العقلية والامكانيات الشخصية المتطلبة للعمل • ولذلك فإن برامج الانتقاء والتوجيه المهني الصحيحة ، بالإضافة الى الارشاد والعلاج النفسي ، كفيلا بأن تقلل من قابلية الفرد للحوادث واستهدافه لها الى أقل درجة ممكنة • كما أوضحت البحوث أيضا أن هناك علاقة بين استهداف العاملين للحوادث وانخفاض روحهم المعنوية • وفي هذه الحالات يكون العلاج برفع الروح المعنوية للعاملين مفيدا في تقليل نسبة الحوادث والاستهداف لها •

٧ - أما بالنسبة لعلاقة العامل ببيئته خارج المؤسسة ، فنلاحظ أن العامل ليس عضوا في مؤسسة العمل فحسب ، بل هو عضو في جماعات عديدة مترامية الأهداف ووجهات النظر والمبادئ والقيم • ويختلف مركزه في كل منها ، ويتحرك ما بين القيادة والتبعية عدة مرات في اليوم الواحد • • فهو عضو في أسرته التي نشأ بها ، وقائد لأسرته التي يعولها ، وهو عضو أو موظف ثم مشرف أو قائد لمجموعة عمل ، وهو عضو بالناس وفي ذات الوقت يرأس جماعة ثقافية أو ترفيهية ، وهكذا • وهو محتاج في كل هذه الجماعات الى درجة كافية من التوافق النفسي ، حتى تكون علاقته مع الأفراد المتضمنين في هذه الجماعات علاقات صحية خالية من الاضطراب •

وتصادف الفرد في سبيل الحصول على هذا التوافق صعوبات شخصية متنوعة ، ويقدر نجاحه في التغلب عليها يشعر براحة نفسية تنعكس على مظاهر حياته المختلفة وأهمها « العمل » • ونخلص من

هذا بأن الكثير من المشكلات التي تواجه الفرد في العمل قد تكون ناشئة عن مشاكل خاصة خارج نطاق العمل • وهي تحتاج في سبيل التغلب عليها وحلها الى وضع برنامج منظم للتوجيه والارتداد النفسى ، يقوم على تنفيذه أخصائىون نفسيون مؤهلون لعلاج الحالة أو تحويلها الى جهات الاختصاص •

وهكذا اذا ما نجحنا في تحسين علاقات العامل بكل من مكونات بيئته ، فاننا نرفع من مستوى توافقه المهنى الى أقصى حد ممكن ، بما يؤدى الى توافقه العام على شتى جوانب حياته •

ويرى « شافر وشوبين » ^(٧) أن سوء التوافق المهنى ينبع من مصادر متعددة • • فكثر من السخط على العمل ينتج عن أجور منخفضة ومن ظروف عمل قاسية ، ومن التعب والرتابة والملل ، كما أن قصور قدرات العامل وعدم الوفاء بمتطلبات العمل تعتبر مسئولة عن عدم رضا العامل عن عمله وتركه الى غيره • وبالإضافة الى ذلك ، فهناك أوجه الضعف فى التنظيم الاجتماعى والعلاقات الشخصية الداخلية بين العاملين فى المؤسسة الانتاجية الحديثة ، حيث يضعف الاتصال وينقص التعاون فيما بين العاملين ، مما يؤدى الى شعور العاملين بعدم الرضا • وقد يكون سبب عدم الرضا لا يرجع أساسا الى العمل وظروفه • • بل قد يكون مرجعه سوء توافق شخصى ، كالصراعات فى محيط الأسرة فيأتى بها العامل الى موقف العمل ، فلا يستطيع الفرد حينئذ أن يثق فى رئيسه أو زملائه • كما أن هناك سببا عاما لمشاكل التوافق المهنى ، هو توافر ردود أفعال نفسية تجاه السلطة • • فاذا لم يستطع الفرد أن يحقق توافقا ناضجا مع والده ، فانه عن طريق التعميم ، سوف يستجيب لمثلئ السلطة كالرؤساء والمشرفين باستجابات غير متوافقة تتسلسل من الخوف الى التمرد •

Shaffer, L., and Shoben, E. Jr.; The Psychology ^(٧)
of Adjustment (2 nd ed.) . Boston : Houghton - Mifflin, 1956,
p.p. 569 - 570 .

- ويعرض المؤلفان ثلاث وسائل أساسية يمكن أن تؤدي الى تحسين مستوى التوافق النفسى والمهنى فى مجال العمل وهى :
- تدبير خدمات الارشاد النفسى للعاملين .
 - تدبير اجراءات مناسبة لانتقاء الأفراد وتوجيههم وتدريبهم .
 - تنظيم الصناعة على النحو الذى يرتقى بالقيم الانسانية ، ويعترف بالقيمة الانسانية للعامل .

وهناك نوعان من الأجواء النفسية يؤديان الى بعث التوترات فى موقف العمل ، هما جو التسلط وجو المنافسة . وفى ظروف « التسلط » ، يكون الاتصال بين الادارة والعامل فى أضيق نطاق ، حيث على العامل اطاعة أوامر الادارة دون مناقشة . وهذا يؤدى الى شعور العامل بالاستياء لعدم قدرته على ابداء رأيه أو مناقشة رؤسائه فى شئون العمل ، وقد ينفس عن بعض هذا الاستياء فى محيط أسرته بأن يلعب دور التسلط على أفراد أسرته . أما فى ظروف « المنافسة » فان الاهتمام ينصب على قدرة الفرد على التفوق على زملائه ، بما يؤدى الى الشعور بعدم الأمن مقارنة بالموقف فى ظروف التسلط . وفى ظروف التسلط تتولد لدى الفرد اتجاهات عدوانية لا يستطيع التعبير عنها فى موقف العمل ، وفى موقف المنافسة يشعر بأنه يستغل لمصلحة آخر ، وقد يحاول التعويض بأن يحث أولاده على التفوق فى الدراسة أو يتجه للتعويض بوسائل غير سوية (٨) .



أساليب التوافق غير السوى

سبق أن ذكرنا - فى مستهل هذا الفصل - أن ما يقوم به الشخص من كبت لمواجهة الدوافع المحرمة انما هو حل ناقص ، لا يؤدي الى ازالة القلق الناتج عن استثارة هذه الدوافع . وإذا كان الكبت حلاً ناقصاً على هذا النحو ، لذلك فان قصة الشخصية المنحرفة - غير

(٨) فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعى والتنظيمى . القاهرة دار المعارف ، ١٩٨٣ ، ص ٦٤ - ٦٥ .

السوية لا تتقف عند هذا الحد •• فالقلق لايفتأ يدفع الفرد —
— لا شعوريا — الى القيام بأى سلوك حتى يخفف من حدة القلق •
فالفرد ، لكى يحمى نفسه من هجمات القلق ويدافع عن نفسه ضدها ،
فانه قد يلجأ الى أساليب لاتوافقية للسلوك بما يسمى بالأعراض أو
بالسلوك المرضى ، الذى يخفف مؤقتا من حدة القلق ، ويشبع فى ذات
الوقت الدوافع المكبوتة الى حد ما (٩) •

ويمكن أن نصنف، الأساليب المرضية غير السوية تبعا لشكل
السلوك الظاهرى الى أربعة أنواع :

أولا : « أساليب هجومية » ، وهى الأساليب التى تتخذ شكلا
مضادا للمجتمع ، أو التى يكون اتجاهها الى الخارج وليس نحو الذات •
وهذه الأساليب ، وان كانت تتضمن الدخول فى التفاعل مع الجماعة ،
الا أن هذا التفاعل يتم بشكل لا تكاملى أى فى غير مصلحة الجماعة •
ويسمى هذا النوع من الدفاع بالدفاع عن طريق « الهجوم على
الآخرين » •

ثانيا : « أساليب انسحابية » ، وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب
من المواقف التى تثير الصراع • والصفة المميزة لهذه الأساليب أنها
تتطوى على قصور واضح فى التفاعل أو النشاط الاجتماعى ، سواء
عن طريق الانزواء السلبي أو الرفض الايجابى للتعاون ، كما أنها
تكون مصحوبة فى الغالب بالتعويض عن طريق « الانسحاب بعيدا عن
الآخرين » •

ثالثا : « أساليب استعطفية » ، تتضمن جميع الوسائل التى
يظهر فيها الخوف أو المرض والأوجاع الجسمية بشكل واضح • ويسمى
هذا النوع بالدفاع عن طريق « الالتجاء الى الناس » •

رابعا : « القلق المرضى » ، فاذا لم يجد الفرد أى مخرج له من
مشكلاته أو التخلص من قلقه بالطرق سابقة الذكر ، فانه يظل يعانى
القلق والاضطراب والانهاك والعصبية •

(٩) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى •
القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٠٨ •

وهذه الأساليب الدفاعية ليست مستقلة بعضها عن البعض الآخر بشكل واضح محدد ، بل انها قد تصبح أحيانا متداخلة أشد التداخل (١٠) وفيما يلي مناقشة مختصرة لهذه الأساليب الدفاعية (١١) .

أولا — الأساليب الهجومية :

١ — التعويض الزائد (Excessive Compensation) :

ينتج عن محاولة التغلب على الفشل أحيانا نتائج ضارة أو غير مرغوب فيها اجتماعيا . فمثلا قد لا يتجه الطالب الفاشل في دراسته الوجهة السوية ، فهو يقوم بمحاولات يائسة لتأكيد ذاته تعويضا لما يشعر به من نقص . وقد تتضمن هذه المحاولات نشاطا غير مرغوب اجتماعيا دون أن يحقق ما يريده الفرد من إشباع ودون أن يتغلب على ما يعانيه من احباط . فهو قد يتعالى على أخوانه في المدرسة ، وقد يحاول أن يلفت إليه الأنظار في المجالس بكترة الكلام أو الحديث بصوت عال أو المعارضة لجرد لفت الأنظار ، أو يزهو ويتباهى بأعمال تقاسم بها وقد تكون غير حقيقية .

ويمكن أن نلاحظ التعويض في سلوك الأطفال بشكل أكثر وضوحا . فالطفل الذي يثير الشغب أو يكثر من العدوان على أقرانه أو أخوته الأصغر سنا ، قد يخفى بسلوكه هذا شعورا قويا بالقصور في قدرته البدنية أو بالخوف من الدخول في مواقف التنافس مع زملائه . ويلاحظ التعويض عند الكبار في حالة القصور البدني بشكل واضح أحيانا . فقد يلاحظ في سلوك قصير القامة أنه يميل الى اثبات ذاته دائما ، فيلجأ الى اتخاذ مواقف جدية في حياته بشكل عام ، أو قد يتحدث بصوت مرتفع ، أو قد يكتسب القدرة على الهجوم عن طريق اللغة ، فنراه حاضر البديهة له تهكمات وتعليقات لاذعة .

(١٠). المرجع السابق ، ص ٢١٦ — ٢١٧ .

(١١) سيد عبد الحميد مرسى : سيكولوجية المهن (ط ٤) ، القاهرة العالمية للنشر ، ١٩٧٧ ، ص ٣٣ — ٣٨ .

٢ - التبرير (Rationalization) :

التبرير بالنسبة للتفكير كالتعويض بالنسبة للسلوك ، وبتمثل كثيرا فى الأسباب التى يغطى بها الفرد فشله فى أغلب الأحيان •• مثال ذلك الطالب الذى يرسب ويبرر ذلك بأنه لصعوبة الامتحان أو لسوء حظه • وقد يبرر البعض عدم القدرة على تحقيق هدف معين بأن ذلك الهدف لم يكن فى الواقع خيرا بالنسبة لهم • وقد يبرر الرئيس معاملته لرؤوسيه بقسوة بأنه انما يفعل ذلك لكى يكونوا عبرة لزملائهم • وقد يبرر الأب سيطرته على أبنائه بأنهم لا يعرفون مصلحتهم مهما بلغوا من السن أو التعليم أو الخبرة • وقد يظهر التبرير فى صورة أخرى ، وهى صورة الشخص الذى يتطوع باسداء النصح للآخرين ، الذين يريد هو فى الواقع أن ينتقدهم ويحقر من شأنهم ويظهر سيطرته عليهم ، حتى يرضى ذاته ويشعر أنه أعلا منهم مركزا •

هذه كلها أمثلة للتبرير ، وهى تتضمن فى مجموعها تسوينغ الأفعال بأسباب معقولة اجتماعيا ، فى حين أن الدافع الحقيقى هو فى الواقع دافع مكبوت غير مقبول سبق أن واجه الفرد مواقف مؤلمة بسببه •

٣ - الإسقاط (Projection) :

ان الشخص الذى اعتاد أن يعاقب على العدوان قد يكون عن نفسه فكرة عامة بأنه مكروه أو منبوذ مما يثير قلقه ، كما أن استثارة أى رغبة له فى العدوان تثير قلقه كذلك • ولكن الحياة مليئة بالمواقف التى تدعو الى المبادأة وتحمل المسؤولية واتخاذ خطوات تنفيذية قد يكون فيها مخالفة لآراء الآخرين ، وهذه كلها تحمل معنى العدوان • لذلك فقد يجد مثل هذا الشخص نفسه محبطا فى كثير من هذه المواقف لأنه لا يستطيع أن يجد مخرجا لرغباته المكبوتة • لذلك فانه يتبع وسيلة « الإسقاط » لكى يخفف من حدة هذا القلق وهذا الاحباط ، ولكى يشبع دوافعه المكبوتة من ناحية أخرى •• فهو يسقط رغباته العدوانية مثلا على الآخرين ، وذلك بأن يتصور أن البعض يدبر له

مكائد أو يتصور أن الناس أعداء له وأنه لا يوجد فى العالم من يريد الخير لأحد .

٤ — التقمص (Identification) :

« التقمص » أسلوب سلوكى يحاول به الفرد الوصول الى اشباع لدوافعه عن طريق تصور نفسه فى مكان أفراد آخرين ، وهو بذلك يشاركهم (فى مستوى التصور) تحصيلهم الذى حرم منه . . . فيتصور نفسه فى موقف المحارب الشجاع أو فى مكان أبطال القصص التاريخية والمسرحيات والأفلام السينمائية ، التى تدور معظم أحداثها حول انتصارات هؤلاء الأبطال فى معارك يتغلبون فيها على أعدائهم . وقد يدمن الشخص على قراءة مثل هذه القصص أو مشاهدتها أو الحديث عنها . . . وعن طريق هذه العملية يستطيع أن يشبع دوافعه من ناحية ، ومن ناحية أخرى فان مثل هذه المواقف لا تثير عنده القلق بمثل ما تثيره مواقف العدوان المباشر .

وقد يتقمص الشخص فردا أو جماعة ، كما أن عملية التقمص قد تحدث فى جميع مراحل العمر . فالطفل قد يتقمص شخصية والده أو مدرسه لكى يشعر بالزهو والكبرياء والسيطرة التى حرم منها ، والشاب قد يتقمص فريقا بأكمله أو جمعية من الجمعيات أو بطلا أو سياسيا أو عظيما من العظماء .

٥ — النقل (Replacement) :

قد يحل الصراع أيضا عن طريق اتخاذ كبش للفداء ، أو عن طريق اتخاذ مواقف أو أشخاص أو أشياء يمكن أن تجد فيها الدوافع المكبوتة اشباعا مع تلافى القلق المتعلق بهذه الدوافع . ويلاحظ هذا الأسلوب كثيرا فى حياتنا اليومية . . . فالرئيس الذى يغضبه أحد رؤوسه قد ينقل عدوانه على مرؤوس آخر ، والموظف الذى يغضبه رئيسه قد ينقل عدوانه على أحد السعاة أو على أهل منزله كزوجته وأولاده . وكثيرا ما نلاحظ أن الشخص فى حالة غضبه قد يركل

الكرسى بقدمه أو يضرب الحائط بيده ، وذلك اذا كان المثير الأصلي للغضب شخصا لا يمكن رد العدوان عليه .

ثانيا - الأساليب الانسحابية :

يلاحظ فى المواقف السابقة أن الفرد يواجه المواقف مواجهة عدوانية الى حد ، كما كان سلوكه يتضمن المشاركة الاجتماعية . ولكن هناك نوعا آخر من السلوك الدفاعى لا يدخل فيه الفرد فى علاقة ايجابية مع المجتمع على هذا النحو ، بل يتميز بالتقهقر والسلبية والانسحاب ، ولذا يسمى « بالأسلوب الانسحابى » . وفيما يلى نتعرض للأشكال المختلفة من هذا الأسلوب ..

١ - الانزوال والانتزواء/الانطواء (Introversion) :

قد تصبح المواقف الاجتماعية مثيرة للقلق عند الفرد ، ولذا نراه يلجأ الى الابتعاد عن المجتمع بقدر الامكان لى يخفف من حدة القلق . فالمجتمع بالنسبة للشخص المنزوى/المنطوى ملئ بالعوامل المثيرة للاضطراب والتعاسة ، ولذا فانه يتجنب مصاحبة الناس ويؤثر الوحدة والانفراد فى أنشطته المختلفة . فنراه يميل الى ممارسة الألعاب الفردية ووسائل التسلية والترويح الفردية ويتجنب المواقف الاجتماعية ، حتى يتفادى أى احتكاك بالآخرين .

والشخص الذى يتخذ هذا الأسلوب هو عادة ذلك الفرد الذى تكرر فشله فى المواقف الاجتماعية ، كما أنه لم ينجح فى الأساليب الايجابية التى حاول أن يستخدمها ليعيد التوافق بينه وبين المجتمع . ويرجع ذلك فى كثير من الحالات الى القسوة والتعسف من جانب الوالدين ، وفرض التزامات على الأبناء تفوق طاقاتهم ، وكذا تدعيم الآباء للسلوك الانعزالى لأبنائهم حيث ينظر اليه الآباء كسلوك هادى يدل على التهذيب والأدب . وان مثل هذا السلوك الانسحابى أشد خطرا فى المواقف من الأساليب الهجومية ، لأنه قلما يثير الانتباه .

٢ - التخيل وأحلام اليقظة (Fantasy) :

عبارة عن استجابات بديلة للاستجابات الواقعية ، فإذا لم يجد الشخص وسيلة لاشباع دوافعه فى الواقع فإنه يستطيع أن يشق اشباعا جزئيا عن طريق التخيل وأحلام اليقظة • والشخص المنزوى/ الانطوائى يغرق نفسه عادة فى التخيل وأحلام اليقظة ، حيث انه يجد فى ذلك وسيلة للاشباع لا تحتاج الى المشاركة الفعلية فى أى نشاط اجتماعى قد يجد فيه مثيرا للقلق •

ومعنى ذلك أن التخيل يعتبر بالنسبة للشخص المنزوى وسيلة يستطيع من خلالها أن يحل صراعاته ، فيحصل على اشباع لدوافعه المكبوتة مع تفادى القلق المرتبط بهذه الدوافع • وليس من الضرورى أن يكون التخيل مرضيا فى كل الحالات ، فان معظم الناس يلجأ الى أحلام اليقظة من آن لآخر ، ولكن الاستغراق فى أحلام اليقظة قد يصل بالشخص أحيانا الى الحد الذى يعوق حسن توافقه بشكل واقعى •

٣ - النكوص (Regression) :

هو حل آخر من حلول الصراع ، حيث يلجأ الشخص الى عادة سلوكية قديمة كان يجد اشباعا عن طريقها فى الماضى ، وهذا ما يسمى « بالنكوص » • ويعتبر النكوص أسلوبا انسحابيا لأن الشخص يتقهقر الى مرحلة سابقة من مراحل النمو ليواجه صراعه ، بدلا من أن يواجه ذلك الصراع بطريقة مباشرة •

ويظهر النكوص بشكل واضح عند الأطفال فى مراحل النمو المختلفة المبكرة •• فالأطفال — دون استثناء تقريبا — قد تعثر بهم حالات نكوص فى سن الثانية أو الثالثة اذا ما ولد طفل جديد فى الأسرة يستحوذ على اهتمام الأبوين ، فنرى الطفل قد يحبو أو يمص أصابعه كما كان يفعل من قبل • ومن أمثلة النكوص عند الكبار « الحنين الى الوطن » (Home - Sickness) الذى يشعر به من يغادرون أوطانهم للدراسة بالخارج ويشعرون بانعدام الأمن فى البيئة الجديدة •

ثالثا — الأساليب الاستعطافية :

تقع هذه الأساليب ضمن الأساليب السلوكية التي يطلق عليها حاليا اسم « العصاب » (Neurosis) • وأساليب السلوك العصابى ليست متشابهة ، بل تختلف الى حد ما فى أعراضها ، ولذا فقد جرت العادة على أن تحدد هذه الأساليب بأعطائها مسميات مختلفة تسهلا لعملية الوصف • ومن الأساليب الاستعطافية الهستيريا ، والأفكار المتسلطة/الوسواس ، والقهر ، والخاوف المرضية •

١ — الهستيريا (Hysteria) :

يطلق اسم « الهستيريا » على مجموعة من الأعراض التي توصف بأنها تعطل أو خلل يلحق بأحد الأعضاء الجسمية أو بأحد الوظائف الجسمية أو العقلية مما يترتب عليه تخلى الفرد عن مسؤولياته بطريقة مقبولة اجتماعيا •• مثال ذلك القيء أو الغثيان الذى يصيب بعض الأطفال فى الصباح ويمنعهم من الذهاب الى المدرسة ، ثم يستردون عافيتهم بمجرد أن يفوت موعد ذهابهم الى المدرسة •

وغالبا ما يقع الراشدون أيضا فريسة أمراض تخلصهم من مواجهة مواقف لا يرغبون فيها •• فالصداع والاضطرابات المعدية والحشوية قد تظهر فى بادىء الأمر كنتيجة للانفعالات المؤلمة ، ثم تشتد وتصبح ذات وظيفة تكيفية هامة هى تحقيقها الابتعاد عن الأماكن المثيرة للقلق أو التخلّى عن المسؤوليات الاجتماعية دون أن يكون على الفرد أية مسؤولية فى هذا التخلّى • ومن أعراض الهستيريا أيضا فقدان بعض الحواس أو تعطلها عن أداء وظيفتها بصفة مؤقتة •• فهناك مثلا العمى الهستيرى أو الصمم الهستيرى أو انعدام الاحساس باللمس فى بعض المناطق الجلدية • وتنشأ الهستيريا بوجه عام كوسيلة تحقق حلا مؤقتا للصراع ، فهى أسلوب للتخلص من القلق عن طريق الهروب من المواقف المثيرة له ، كما أنها فى نفس الوقت تؤدى الى اشباع الدوافع الاجتماعية كالحاجة الى العطف والانتباه •

٢ — الأفكار المتسلطة/الوسواس (Obsession) :

الفكرة المتسلطة/الوسواس هي الفكرة أو الرغبة الملحة التي يعتبرها الشخص خاطئة أو عديمة النفع أو مضايقة له ، ولكنه في الوقت نفسه لا يستطيع التخلص منها • وليست جميع الوسواس من نوع واحد ، كما أنها لا تحقق جميعها نفس الغرض من حيث التوافق • • فبعض الوسواس ليست سوى مجرد تعبير صريح عن القلق ، فقد يكون عن القلق بالكلمات ما يجعله أخف حدة مما لو ترك على حاله باعتباره خوفا من المجهول • ويمكن اعتبار بعض الوسواس قلقا منقولا الى المصدر المباشر للاحباط ، وفي هذه الحالة يكون للوسواس وظيفة توافقية هامة هي أنه يخفف من حدة القلق الشديد الناتج عن العدوان المكبوت •

٣ — القهر (Compulsion) :

القهر عبارة عن ميل لايمكن مقاومته للقيام بعمل معين ، حتى ولو كان الشخص متأكدا من عدم فائدة هذا العمل أو غرابته • ويشعر الشخص الذي يلزمه القهر عادة بالتوتر والقلق اذا لم يقم بذلك الفعل القهري ، ويأخذ القلق في التزايد حتى يتخلص منه الفرد بانجاز ذلك العمل أو الفعل • وترتبط الأفعال القهرية ارتباطا وثيقا بالوسواس ، والفرق بينهما هو أن الوسواس تتعلق بالأفكار في حين أن الأفعال القهرية تتعلق بالسلوك الحركي •

ومن الأمثلة الشائعة للأفعال القهرية المبالغة في غسل اليدين ، وهو عرض قهري شائع • ويرجع ذلك الى أن معظم الأعمال أو الأفعال التي تؤديها تكون عن طريق اليدين ، ولذا كان من السهل انتقال الشعور بالذنب أو الاثم الى اليدين بالذات ، ومن هنا تنشأ المبالغة في غسل اليدين كاستجابة لدافع معين للقيام بشيء يتعلق بهاتين اليدين المذنبتين •

٤ — المخاوف المرضية/الفوبيا (Phobia) :

« الفوبيا » عبارة عن خوف يبدو سخيفا غير معقول ولا يمكن تعليله فى ذات الوقت • أما المواقف أو الأشياء التى تثير هذا الخوف الشديد فهى غير محدودة • • فبعض الناس يخاف الفئران أو الحشرات غير الضارة أو بعض الحيوانات الأليفة ، والبعض الآخر يخاف الظلام أو الأماكن المرتفعة أو المغلقة أو المزدحمة أو الماء الجارى وما أشبهه • وتتراوح درجة الخوف فى حالة الفوبيا من مجرد الشعور بعدم الارتياح أو الذعر الشديد عند التعرض للمثير • وتتدخل هذه المخاوف فى عملية التوافق ، فتعطل التوافق أو تفسده تبعا لدرجة شدتها • والحالات البسيطة للفوبيا منتشرة فى معظم الأفراد •

وتنشأ الفوبيا من تعرض الفرد فى طفولته لموقف أثار عنده خوفا شديدا • ولا يستطيع الفرد الذى يعانى الخوف الشديد أن يتذكر الخبرة التى أثارته عنده ذلك الخوف ، أى أن الخبرة قد كبتت • وقد تكون الظروف التى تحيط بالموقف المسبب للخوف أيضا مثيرة للخجل أو الذنب أو القلق عند الطفل الذى تعجز إمكانياته عن التغلب على مثل هذه المشاعر بسهولة • ويؤدى القلق أو الذنب أو الخجل المحيط بالموقف الى أن يمتنع الطفل عن التحدث عن خبرته هذه الى الآخرين ، بل انه يمتنع عن أن يتذكرها أو يفكر فيها ، أى يكبتها فى نفسه • وعندما يتذكر الفرد هذه الخبرة فى مستقبل حياته فان ذلك يؤدى عادة الى ضعف الفوبيا أو زوالها •

والمخاوف المرضية عموما استجابات تساعد الفرد على الابتعاد عن المواقف التى تثير خوفه ، فاذا ما ابتعد عن هذه المواقف انخفض تأثيره وحقق تواقفا مؤقتا ، أما اذا لم يحدث ذلك فان هناك كسبا ثانويا قد يحصل عليه الشخص من المحيطين به • • فالشخص الذى يعانى مخاوف مرضية يستطيع فى أغلب الأحيان أن يحصل على اهتمام الآخرين وعطفهم واستغلالهم لصالحه •

رابعاً - القلق المرضي/عصاب القلق (١٢) :

توضح الأساليب اللاتوافقية السابق ذكرها وسائل لاعادة التوافق المفقود بين الشخص وبيئته ، وهي تحقق خفضاً للتوتر أو القلق بشكل مؤقت . وعندما يعجز الشخص عن الوصول الى حل للتغلب على الصراع الذى يعانیه ، فإنه يظل فى حالة انفعالية مؤلمة هى حالة « القلق » نفسها . وهنا يصبح القلق فى ذاته حالة مرضية ، هى حالة الشخص الذى فشل تماماً فى تحقيق التوافق .

وقد يجمع الشخص القلق بين عدة مظاهر . . فنراه يشعر بنوبات حادة من الهلع أو الخوف غير محدد المصدر ، كما يشعر بالاعياء والتعب وعدم القدرة على العمل ، مع الشكوى من بعض الأعراض الجسمية الغامضة التى ليس لها أساس عضوى . وإلى جانب ذلك قد يشعر الشخص القلق بالاكئاب والهم والتشاؤم واليأس ، كما قد يشعر أيضاً بالاهتمام الزائد بصحته والخوف من المرض مما يدعو الى كثرة التردد على الأطباء ليطمئن على صحته . هذا بالإضافة الى الخوف من الجنون والخوف من الموت ، وضعف القدرة على التركيز وتشتت الانتباه . وعلى الرغم من أن هذه المظاهر قد توجد منفصلة بعضها عن البعض الآخر تماماً ، إلا أنها مع ذلك قد تصنف فى بعض الأحيان تصنيفات منفصلة . . فقد يوضع الشعور بالاعياء والشكاوى المرضية الغامضة تحت عنوان « النورستانيا » (١٣) . وقد يوضع الاهتمام الزائد بالصحة وشدة الحرص عليها تحت عنوان « الهيبوكوندريا » (١٤) . وقد يقصر اسم عصاب القلق على نوبات الفزع الحادة أو الهائمة بأعراضها الفسيولوجية ، كشدة ضربات القلب ، وضيق التنفس ، وزيادة العرق . وقد يصنف المظهر النفسى المتعلق بالهم والشعور بالاكئاب تحت عنوان « الاكئاب العصابى » (١٥) . وأخيراً فإن ما يترتب على

(١٢) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٦٠ - ٢٧٤ .

Neurosthenia (١٣)

Hypochondriasis (١٤)

Psychoneurotic Depression (١٥)

الحالة الانفعالية المؤلة المستمرة من تلف أو تغير عضوى ، كقرحة المعدة أو الحساسية الجلدية وغيرها ، قد يصنف تحت ما يسمى « بالاضطرابات السيكوسوماتية/الاضطرابات الجسمية النفسية » (١٦) .

وان أى محاولة لفصل هذه الأمراض العصابية عن بعضها البعض فصلا محددًا على النحو الذى ذكرناه يعتبر تعسفا لا يتفق مع الحقائق الاكسينيكية . فالملحظ أن حالات عصاب القلق غالبا ما تكون مصحوبة بالشعور بالاغياء والشكاوى المرضية الغامضة ، وكثيرا ما تصاحبها أعراض حسوية من نوع الاضطرابات الجسمية النفسية ، وهكذا . ولذلك فإن القلق يعالج هو وآثاره باعتبارها مجموعة موحدة من الأعراض التى تجمع بينها صفة واحدة ، الى جانب تلازمها فى الظهور ، تلك هى صفة سوء التكيف أو سوء التوافق فى نوع الاستجابات ، حيث انها تعبر عن شدة الانفعال أو وحدة التوتر ، ولا تؤدى الى خفض التوتر - ولو مؤقتا - كبقية الوسائل الدفاعية الأخرى .

* * *

مظاهر سوء التوافق فى القرآن

أولا - الصراع النفسى :

تتضمن الشخصية الانسانية صفات الحيوان المتمثلة فى الحاجات البدنية التى يجب اشباعها من أجل حفظ الذات وبقاء النوع ، كما تتضمن أيضا صفات معنوية سامية تتمثل فى التشوق الروحى الى الايمان بالله سبحانه وتعالى وعبادته وتسبيحه . وقد يحدث بين هذين الجانبين من شخصية الانسان صراع ، فتجذبه أحيانا حاجاته وشهواته البدنية ، وتجذبه أحيانا أخرى حاجاته المعنوية وأشواقه الروحية ، ويشعر الانسان بالصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من شخصيته . ويشير القرآن الكريم الى حالة الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين المادى والروحى ، وذلك بقوله :

« فأما من طفئ • وآثر الحياة الدنيا • فإن الجحيم هي المأوى •
وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى • فإن الجنة هي
المأوى » • (النازعات : ٣٧ — ٤١)

ويشير القرآن الكريم أيضا الى هذا الصراع النفسى بين الجانبين
المادى والروحى فى الإنسان فى وصفه لخروج قارون على قومه فى
زيينته مما جعل بعض الناس يظنون أن يكون لهم ما لقارون من ثروة ،
فيرد عليهم البعض الآخر بأن ما عند الله خير وأبقى •

« فخرج على قومه فى زينته ، قال الذين يريدون الحياة الدنيا
يا ليت لنا مثل ما أوتي قارون انه لذو حظ عظيم • وقال الذين أوتوا
العلم ويلكم ثواب الله خير لمن آمن وعمل صالحا ولا يلقاها
الا الصابرون » • (القصص : ٧٩ — ٨٠)

ولعل مشيئة الله سبحانه وتعالى قد اقتضت أن يعانى الانسان
— من بين ما يعانى من مشاق الحياة — هذا الصراع النفسى بين مطالبه
البدنية ومطالبه الروحية ، فقال تعالى : « لقد خلقنا الانسان فى
كبد » • (البلد : ٤)

ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت ايضا أن يكون أسلوب الانسان
فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة • •
فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ،
وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التوازن ، فقد نجح فى هذا
الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والاخرة •
وأما من انساق وراء شهواته البدنية وأغفل المطالب الروحية فقد فشل
فى هذا الاختبار ، واستحق أن يجازى على ذلك بالشقاء فى الدنيا
والاخرة • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر
الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » • (المنافقون : ٩)
● « الذى خلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملا » •
(الملك : ٢)

● « فذكر ان ثقت الذكري • سيذكر من يخشى • ويتجنبها
الاشقي • الذي يصلي النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا •
قد أفلح من تزكى • ونكر اسم ربه فصلى • بل تؤثرن الحياة
الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • (الأعلى : ٩ — ١٧)

ولقد شاعت حكمة الخالق سبحانه أن يمد الانسان بجميع
الامكانيات اللازمة لحل هذا الصراع ، بأن وهبه العقل ليميز به بين
الخير والشر ، وبين الحق والباطل • كما أمدّه سبحانه بحرية الارادة
ليستطيع أن يبت في أمر هذا الصراع ، وأن يختار الطريق الذي يريده
لحل هذا الصراع • فقال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • (البلد : ١٠)

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » •

(الانسان : ٣)

● « ونفس وما سواها • فأنلهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من
زكاهها • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ — ١٠)

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى
فعلينا » • (الأنعام : ١٠٤)

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام
للعبيد » • (فصلت : ٤٦)

● « كل نفس بما كسبت رهينة » • (المدثر : ٣٨)

وحينما يختار الانسان الملذات الدنيوية ، وينساق وراء أهوائه
وشهواته ، وينسى ربه واليوم الآخر ، انما يصبح في معيشته أشبه
بالحيوان ، بل أضل ، لأنه لم يستخدم عقله الذي ميزه الله تعالى به
على الحيوان • قال تعالى :

● « أرأيت من اتخذ الهه هواه أفأنت تكون عليه وكيلا • أم تحسب
أن أكثرهم يسمعون أو يعقلون ، ان هم الا كالأنعام ، بل هم أضل
سبيلا » • (الفرقان : ٤٣ — ٤٤)

والانسان الذى يعيش هذا النوع من المعيشة يكون غير ناضج الشخصية ولا يهيمه الا اشباع حاجاته ورغباته ، ولم تقو ارادته بعد ، ولم يتعلم كيف يتحكم فى أهوائه ، وشهواته ، فيصبح خاضعا لتوجيه « نفسه الأمارة بالسوء » • قال تعالى :

● « وما أبرئ نفسي ، ان النفس لأمارة بالسوء الا ما رحم ربي ، ان ربي غفور رحيم » • (يوسف : ٥٣)

وحينما يبلغ الانسان مرتبة أعلى من النضوج والكمال ، يبدأ ضميره فى الاستيقاظ ، فيأخذ يشعر بالاستنكار من ضعف ارادته ومن انقياده لأهوائه وشهواته ، مما يوقعه فى الخطيئة والمعصية ، فيشعر بالذنب ، ويلوم نفسه على ما فرط منها ، ويتجه الى الله تعالى تائبًا مستغفرًا ، ويصبح فى هذه الحالة تحت تأثير « النفس اللوامة » • قال تعالى :

● « لا أقسم بيوم القيامة • ولا أقسم بالنفس اللوامة » •

(القيامة : ١ - ٢)

وإذا أخلص الانسان بعد ذلك فى توبته ، وفى تقربه الى الله تعالى بالعبادات والأعمال الصالحة ، وتحكم تحكما تاما فى أهوائه وشهواته وقام بتوجيهها الى تحقيق الاشباع بالطريقة التى حددتها الشريعة الإسلامية ، فحقق بذلك التوازن التام بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال الانسانى • وهذه المرتبة هى التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » ، التى نزل فيها قوله تعالى :

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية •

فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • (الفجر : ٢٧ - ٣٠)

ويمكن أن نتصور المفاهيم الثلاثة للنفس وهى : « النفس الأمارة بالسوء » ، و « النفس اللوامة » و « النفس المطمئنة » ، على أنها حالات تتصف بها شخصية الانسان فى مستويات مختلفة من النضج التى تمر بها أثناء صراعها الداخلى بين الجانبين المادى والروحى من طبيعة تكوينها • • فحينما تكون شخصية الانسان فى أدنى مستوياتها

بحيث تسيطر عليها الأهواء والشهوات والملذات البدنية والدينية ،
فانها تكون فى حالة « النفس الأمارة بالسوء » . وحينما تبلغ الشخصية
أعلى مستويات النضج والكمال الانسانى ، حيث يحدث التوازن التام
بين المطالب البدنية والروحية ، فانها تصبح فى حالة « النفس المطمئنة »
وبين هذين المستويين مستوى آخر متوسط بينهما يحاسب فيه الانسان
نفسه على ما يرتكب من أخطاء ، ويسعى جاهدا للامتناع عن ارتكاب
ما يغضب الله ويسبب له تآنيب الضمير ، وتطلق على الشخصية فى
هذا المستوى « النفس اللوامة » .

وتجدر الإشارة هنا الى أنه بعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر
قرنا من الزمان ، جاءت « مدرسة التحليل النفسى » بنظرية فى
الشخصية ميزت فيها ثلاثة أقسام للنفس تحمل بعض أوجه الشبه
بمفاهيم النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة
الواردة فى القرآن الكريم . فتذهب مدرسة التحليل النفسى الى أن
للنفس ثلاثة أقسام هى : « الهو » ^(١٧) ، و « الأنا » ^(١٨) ، و « الأنا
الأعلى » ^(١٩) . و « الهو » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، هو
ذلك الجزء من النفس الذى يحوى الغرائز المنبعثة من البدن ، فهو
يطيع « مبدأ اللذة » ويستهدف دائما الاشباع دون مراعاة للأخلاق
أو القيم أو المنطق . « فالهو » ، بهذا المعنى ، يشبه مفهوم « النفس
الأمارة بالسوء » .

و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتكون من
التعاليم التى يتلقاها الفرد من والديه ومعلميه ومن قيم الثقافة التى
نشأ فيها . ويصبح « الأنا الأعلى » قوة نفسية داخلية تحاسب الفرد
وتراقبه وتنقده وتهده بالعقاب ، وهو ما يعرف عادة بالضمير . وترى
مدرسة التحليل النفسى أن « الأنا الأعلى » يمثل كل الجوانب السامية
فى الطبيعة الانسانية ، وبهذا المعنى فانه يشبه الى حد ما مفهوم
« النفس اللوامة » .

و « الأنا » هو ذلك الجزء من النفس الذي يقبض على زمام الرغبات الغريزية المنبعثة من « الهو » ويسيطر عليها ، فيسمح بأشباع ما يشاء منها ، ويؤجل ما يرى تأجيله ، ويكبت ما يرى ضرورة كبحته مراعيًا « مبدأ الواقع » أو العالم الخارجى ، بما يتضمنه ذلك من قوانين وقيم وأخلاق وتعاليم دينية • ويقوم « الأنا » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، بالتوفيق بين « الهو » ، و « الواقع » أو العالم الخارجى ، و « الأنا الأعلى » ، بحيث يسمح بأشباع رغباته الغريزية فى الحدود التى يسمح بها الواقع ، ويحد من تطرف « الأنا الأعلى » بحيث لا يجعله يسرف فى النقد والتهديد بالعقاب دون مبرر • وإذا نجح « الأنا » فى وظيفته التوفيقية أمكن أن يتحقق للإنسان الاتزان والسواء ، وهنا نجد شبهة بين ما يحققه « الأنا » فى وظيفته من اتزان وسعادة وبين حالة « النفس مطمئنة » (٢٠) •



ثانيًا — الحيل العقلية :

سبق أن ذكرنا أن الحيل العقلية عبارة عن سلوك دفاعى يلجأ اليه الإنسان لوقاية نفسه من الشعور بالقلق الذى يمكن أن ينتابه إذا ما عرفت دوافعه الحقيقية الكامنة فى نفسه ، والتى يحاول إخفاءها بالالتجاء الى الحيل العقلية •

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتميز بالشك والتردد ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف من أن يفضح أمرهم ، والرغبة من أن يعرفهم المسلمون فيبیطشون بهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى كثرة الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • وقد أشار القرآن الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يقومون بها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل (٢١) •

(٢٠) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار الشروق

١٩٨٢ ، ص ٢٠٣ — ٢١٠ •

(٢١) المرجع السابق ، ص ٢٢٢ — ٢٢٤ •

١ — الاسقاط :

الاسقاط حيلة عقلية يقوم فيها الفرد باسقاط مشاعره ودوافعه وأخطائه وعيوبه على الغير ، فيدركها فيهم بدلا من أن يدركها في نفسه . وكان المنافقون يضمرون العداء للمسلمين ، ويخفون حقدهم عليهم وكراهيتهم لهم ، وكانوا يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم . وقد صور القرآن الكريم ذلك أصدق تصوير فى وصف المنافقين الذين كانوا يحسبون كل صيحة يسمعونها تصدر عن المسلمين ضدهم .

● « وإذا رأيْتهم تعجبك أجسامهم ، وإن يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون » (المنافقون : ٤)

إن كل صيحة يسمعونها يظنون أنها عليهم ، ويظنون أن المسلمين يريدون أن يبطشوا بهم ، وذلك نتيجة لما يضمرونه من شعور عدائى نحو المسلمين ، فيقومون باسقاط هذا الشعور العدائى عليهم .

٢ — التبرير :

هو حيلة عقلية دفاعية يحاول بها الشخص تبرير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تفسيرا مقبولا . وقد كان الكافرون والمنافقون يلجأون الى التبرير فى كثير من الأحيان لتفسير سلوكهم تفسيرا يبدو مقبولا . فاذا أفسدوا فى الأرض قالوا انما هم يقصدون الإصلاح ، وهم بذلك انما يقومون بتبرير أفعالهم تبريرات تبدو مقبولة ومعقولة . وقد وصف القرآن التبرير الذى يقوم به المنافقون بقوله :

● « وإذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون . ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون » .

(البقرة : ١١ — ١٢)

وحينما يقوم الانسان بالتبرير فهو لا يكون مدركا بأنه يقوم بعملية تبرير ، بل انه يعتقد فعلا أن ما يقوم به من أعمال سيئة انما

هى أعمال حسنة ومفيدة ، أو أنه يقصد منها الخير والاصلاح • ويشير القرآن الى هذه الناحية اللاشعورية بقوله فى الآية السابقة « ألا أنهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون » • فالقول « ولكن لا يشعرون » انما يشير الى عدم وعيهم بأن ما يفعلونه انما هو افساد وليس اصلاحا •

٣ — تكوين رد الفعل :

ان تكوين رد الفعل حيلة دفاعية يتخذ فيها الفرد سلوكا يكون مضادا لسلوك آخر يريد اخفائه • فالفرد ، مثلا ، قد يبدى كثيرا من المجاملة والأدب والاهتمام فى معاملة شخص معين كوسيلة دفاعية يخفى بها كراهيته له وشعوره العدائى نحوه • وقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة العقلية الدفاعية لاختفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين • • فكانوا يحسنون الكلام معهم ، ويظهرون حبهم واعجابهم وتقديرهم لهم بقصد اخفاء ما تضره نفوسهم من كراهية وعداء • قال تعالى :

● « ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام • وإذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد » •
(البقرة : ٢٠٤ — ٢٠٥)

● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :
١ — يشير مفهوم « التوافق » الى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الذى يعيش فيه من أجل البقاء • وهناك ثلاثة أبعاد للتوافق : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ويعنى التوافق الشخصى أن يكون الانسان راضيا عن نفسه ، وأن تخلو حياته النفسية من الصراعات النفسية والتوترات التى تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص • وهناك عوامل تتوسط

بين الظروف الاجتماعية التي يمر بها الفرد والانحرافات النفسية ،
وهذه العوامل هي : الاحباط ، والصراع ، والقلق ، والكبت •

٢ — الانسان يعيش فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات
من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد
نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفقا لمجموعة من النظم والعادات
والقيم والمبادئ التى يخضعون لها • وهذا ما يعرف باسم « عملية
التطبيع الاجتماعى » ، التى تتم فى نطاق الأبعاد الآتية : الالتزام
بأخلاقيات المجتمع ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعى ، والتفاعل
الاجتماعى ، والتفاعل العائلى ، والتفاعل الاجتماعى وأجود المدرسى •

٣ — التوافق المهنى هو توافق الفرد لدنيا عمله •• فهو يشمل
توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية المحيطة به فى العمل والتغيرات
التى تطرأ عليها ، وتوافقه لخصائصه الذاتية ، ومع المشرف عليه ومع
زملائه ، ومع مطالب العمل ، ومع ظروف العمل المتغيرة ، ومع قدراته
وميله وشخصيته •

٤ — تصنف أساليب التوافق غير السوى الى :

(١) « أساليب هجومية » وهى التى تتخذ شكلا مضادا للمجتمع
مثل : التعويض الزائد ، والتبرير ، والاسقاط والتقمص ، والنقل •
(٢) « أساليب انسجامية » وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب من
المواقف التى تثير الصراع ، مثل : الانعزال الانطوائى ، والتخيل
وأحلام اليقظة ، والنكوص •

(٣) « الأساليب الاستعطافية » وهى تتضمن جميع الوسائل التى
يظهر فيها الخوف أو المرض بشكل واضح ، مثل : الهستيريا ، والأفكار
المتسلطة/ الوسواس ، والفهر ، والمخاوف المرضية •

(٤) « القلق المرضى » / عصاب القلق •

٥ — تتضح مظاهر سوء التوافق فى القرآن بالنسبة للصراع
النفسى ، والحيل العقلية الدفاعية كالاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد
الفعل •

الفصل الخامس

التَّوجُّيه والإرشاد وَالْعِلَاجُ النَّفْسِيُّ لِنَحْيِ التَّوَافُقِ

● مقدمة :

تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق المبادئ والقوانين النفسية والانسانية فى المجالات المختلفة • وتقوم هذه الخدمات على أساس مساعدة الفرد وخدمته فى الأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو فى أى مجال آخر • وقد تكون الخدمة النفسية توجيها تربويا يستهدف تحقيق تكيف الطالب وتوافقه فى دراسته ، وقد تكون توجيها مهنيا يقصد توافقه فى عمله ، وقد تكون أرشادا نفسيا يرمى الى تقبل الفرد لذاته وتوافقه مع الآخرين ومع بيئته ، وقد تكون الخدمة فى مجالات أخرى •

وترمى الخدمات النفسية الى المحافظة على كيان الفرد أو المجتمع سليما قويا ناميا • وتتجه هذه الخدمات الى الأفراد ، كما تتجه الى الجماعات ، وإلى المجتمع بأكمله • • وهى حين تتجه الى الفرد انما تحاول أن تحافظ على كيانه وذاته وشخصيته ، كما تعمل على أن تهيب له الظروف التى تؤدى الى نموه ونضجه وتوافقه فى المجالات المختلفة — الأسرة والدراسة والعمل والعلاقات الاجتماعية • وقد تركز على ناحية معينة كما فى التوجيه التربوى والمهنى ، كما قد تركز على توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين كما فى الارشاد النفسى • وتستهدف جميع هذه الخدمات نمو الفرد فى مجالات الحياة المختلفة — الدراسية

والمهنية والأسرية والاجتماعية — الى أقصى حد ممكن ، كما تعمل على
تهيئة الظروف التى تؤدى بالفرد الى اكتساب أساليب سلوكية من
شأنها أن تحقق له الرضا والاشباع والسعادة •

وقد تتجه الخدمات النفسية الى الجماعات حين تستهدف تماسك
الجماعة وازالة أسباب التوتر والصراع بين أفرادها • فالتوجيه الجمعى
فى مجالات التربية والتعليم والعمل والعلاقات الاجتماعية يرمى الى
توجيه الجماعات الى أقصى ما تستطيع أن تحققه من نمو ، من حيث
تنمية العلاقات القائمة بين أفرادها وازالة أسباب القلق ومعوقات الانتاج
وتحقيق التوافق والرضا والاشباع • وهى تستهدف توجيه الطلاب
نحو الدراسة والحياة المهنية والاجتماعية الملائمة ، وتوجيه العاملين
وأصحاب العمل نحو تحقيق الاشباع المهنى والعمل على زيادة الانتاج
وتحسين مستواه والتقليل من تكاليفه ، وكذلك الخدمات النفسية
العسكرية التى تقوم على خدمة المجهود الحربى عن طريق انتقاء
المجندين وتوزيعهم على الأسلحة المختلفة التى تتفق مع قدراتهم
وخبراتهم ثم رفع معنوياتهم وعلاج حالات الاضطراب النفسى أو
سوء التوافق ، هذا بالإضافة الى الحرب النفسية الوقائية والهجومية
والدفاعية •

● الحاجة الى الخدمات النفسية :

ظهرت الحاجة الى الخدمات النفسية بصورة واضحة نتيجة للتطور
الذى تناول المجتمع فأدى الى اختلاف الظروف التى يعيش فيها الفرد
وتعقد النظم الاجتماعية التى يخضع لها ونمو عمليات التنشئة
الاجتماعية التى يمر بها حتى يصبح عضوا نافعا فى الجماعة التى ينتمى
اليها • وقد صاحب هذا بالضرورة تعدد الالتزامات والمطالب المفروضة
على الفرد ، وتعدد أساليب اشباعها ، ثم تعقد وسائل التوافق التى
يجب على الفرد أن يتعلمها ويتبعها •• وسنشير الى بعض نواحي التطور
التي طرأت على الأسرة والعمل والحياة الاجتماعية بصورة عامة •

١ — التغيرات التى طرأت على الأسرة :

ليس من الميسور حصر التغيرات التى طرأت على الأسرة على مر العصور ، فمن الملاحظ أن هذا التغير قد تناول تكوين ووظائف أفرادها وعلاقاتهم بعضهم ببعض الآخر . فلقد كانت الأسرة كبيرة تشمل الأبوين والأبناء والأحفاد وغيرهم . وكان رب الأسرة ، بمساعدة أعضائها ، يقدم للأسرة احتياجاتها ، وكانت تربية الأطفال وتوجيههم من النواحي التعليمية والمهنية والدينية والاجتماعية تقع على عاتق أفراد الأسرة أو عاتق أفراد يتصلون بالأسرة اتصالا وثيقا . وكانت أهداف التربية فى إطار الأسرة محدودة ، كما كان مجال الاختيار بالنسبة للطفل ضيقا ، هذا بالإضافة الى أن قيم المجتمع كانت من البساطة والوضوح النسبى بحيث كان على الطفل أن يتبع أنماطا معينة من السلوك لا يكاد يحيد عنها .

وكان من تأثير التطور الذى طرأ على الأسرة أن يؤدى الى ابعاد أحد الأبوين أو كليهما — فى كثير من الأحيان — عن المنزل والأطفال . ولهذا نشأت الحاجة الى أن تقوم المدرسة أو غيرها من المؤسسات الاجتماعية بتوجيه الأطفال وارشادهم فى مجالات الدراسة والسلوك الشخصى والاجتماعى . هذا بالإضافة الى أن الفروق التى تنشأ بين امكانات بعض الأسر من النواحي المادية والصحية والثقافية والاجتماعية ومطالب المجتمع الخارجى تؤدى الى مضاعفة عبء المدرسة وغيرها من المؤسسات الاجتماعية ، حتى لا ينشأ عن هذه الفروق ما يؤدى الى تخلف الأبناء أو انحرافهم أو تحديد نموهم فى المراحل المختلفة .

ولما كانت المدرسة بحكم امكاناتها فى وضع استراتيجى ممتاز فأنها أخذت على عاتقها كثيرا من المسئوليات التى كانت تقوم بها الأسرة ، بل أنها تعدت ذلك الى أن تتولى أمر توجيه الأسرة واعدادها للقيام ببعض وظائفها على أحسن وجه . والتوجيه التربوى والمهني والارشاد النفسى من الخدمات التى أخذت المدرسة على عاتقها أمر

القيام بها ، وهى تقوم بها عن طريق المدرسين المؤهلين والأخصائيين
فى مجالات التوجيه والارشاد النفسى والتربوى والمهنى •

٢ - التغيرات التى طرأت على العمل :

لا شك أن التغيرات التى طرأت على الحياة المهنية تعتبر من أبعد
التغيرات أثرا فى حياة الانسان •• فالانتقال من الأعمال البدائية الى
الصناعة المتقدمة المتطورة ، ومن قيام الفرد بجميع مراحل الانتاج
الى تخصصه فى احدى المراحل الانتاجية أو فى احدى الخطوات التى
تكون مرحلة من مراحل الانتاج ، فضلا عن التطور الذى طرأ على المصنع
وتنظيمه وعلاقات العمل •• كل هذا أدى الى أن تنشأ مشكلات كثيرة
ينبغى مواجهتها ، حتى لا تنتشر الأمراض الجسمية أو الاجتماعية أو
المهنية أو النفسية بين العاملين ، وحتى لا يقل الانتاج أو ينخفض
مستواه •

ويكفى ان نشير الى تعدد مجالات العمل وتباين مطالبها وأن على
الفرد أن يختار من بينها أكثرها ملاءمة له ، وأن يعد نفسه للمجال
الذى اختاره وأن يتوافق معه ، هذا فضلا عن ضرورة حساب عوامل
المنافسة والاحباط التى قد تعترضه نتيجة لزيادة الاقبال والتراحم على
بعض المهن دون غيرها بسبب ما تدره من أرباح أو لما تسبغه من مركز
اجتماعى على شاغلها • وينبغى الإشارة الى التغير السريع الذى تناول
التكوين المهنى للمجتمع ومطالبه وتأثيره على الفرد • هذا بالإضافة الى
مطالب بعض المهن فى الوقت الحاضر سواء أكانت تتعلق ببعض
المسؤوليات التى تضعها على عاتق العاملين أو السرعة والدقة التى
تتطلبها من العامل فى انجاز العمل •

٣ - التغيرات التى طرأت على المجتمع بصورة عامة :

طرأت على المجتمع بصورة عامة تغيرات كبيرة للتطور التكنولوجى
الذى يمر به الانسان والمجتمع •• فأسلوب الحياة التى يعيشها الفرد ،
والعلاقات الانسانية السائدة بين الأفراد ، والنظم التى تعيش فيها

الجماعة قد تغيرت تغيرا كبيرا * وقد نشأ عن التطور التكنولوجى السريع والتغير الثقافى والحضارى والاجتماعى — الذى يحاول أن يلاحق التطور التكنولوجى — كثير من المشكلات النفسية التى تحتاج الى دراسة وعلاج *

وان نظرة واحدة الى بعض وسائل الترفيه التجارية ، مثل الصور المتحركة (السينما) توضح ان مدى المشكلات التى تنشأ عنها نتيجة لرغبة الأحداث والشباب فى مشاهدتها ثم التأثير بها وما ينشأ عن ذلك من بعض النتائج الضارة الناجمة عن الرغبة فى محاكاة ما يشاهدونه وتقليده دون توجيه أو رقابة *

وقد أدت الحياة الحديثة كذلك الى اللقاء أعباء نفسية انفعالية أو عقلية كبيرة على الأفراد .. فقد أصبح العمل فى العصر الحديث أكثر تطلبا للمجهود النفسى والعقلى ، فى حين أن العمل فى العصور السابقة كان يقوم أساسا على المجهود الجسمى ، بينما تجد أن المجهود النفسى الانفعالى والعقلى يكلف الفرد الشئ الكثير من رضائه وسعادته (١) *

* * *

● مفهوم التوجيه والارشاد النفسى :

« التوجيه » (٢) عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات التى تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم وادراك المشكلات التى يعانون منها ، والانتفاع بقدراتهم وامكانياتهم ومواهبهم فى التغلب على المشكلات التى تواجهها ، بما يؤدى الى تحقيق التوافق وبين البيئة التى يعيشون بها حتى يبلغوا أقصى ما يستطيعون الوصول اليه من نمو وتكامل فى شخصياتهم .. ويقوم التوجيه على أساس المبدأ الديمقراطى الذى ينادى بأن من حق كل فرد أن يختار الأسلوب الذى يفتحه فى حياته ، طالما أن هذا الاختيار لا يتدخل فى حقوق الآخرين ولا يطغى عليهم . ومن الضرورى تنمية قدرات الفرد ومعاونته على استغلالها

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى

والمنهى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦٠ — ٦٢ .

Guidance

(٢)

فى ادارة شئون حياته والتغلب على مشكلاته • ومن الوظائف الأساسية للتربية إتاحة الفرصة للفرد حتى ينمى قدراته ويستغلها لتحقيق التوافق للدراسة والبيئة التى يعيش فيها ، وعلى ذلك فالتوجيه جزء متكامل من التربية يتركز أساسا على هذه الوظيفة • ولا يعمل التوجيه على اختيار أى طريق يسير فيه الفرد ، بل انه يساعد الفرد على أن يقوم بالاختيار بنفسه بالطريقة التى تساعد على تنمية قدراته بحيث يستطيع أن يتخذ القرار الملائم دون مساعدة من الآخرين •

ويقوم التوجيه على أساس وجود مكان فى العالم لكل فرد ، فى المجالات التعليمية والمهنية والاجتماعية • وهو يركز الى المبدأ القائل بأنه على الرغم من تشابه البشر فى نواح شتى الا أنه يجب أن ننظر بعين الاعتبار الى الفروق الفردية التى تستلزم أن يقوم كل فرد بنشاطه فى ناحية معينة تعتبر أنسب النواحى التى تتفق مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته وخبراته ، ويستهدف التوجيه خدمة الفرد ومساعدته من خلال تطبيق مبادئ الخدمة النفسية • وقد تكون هذه الخدمة توجيهها تربويا يرمى الى تحقيق توافق الطالب فى دراسته ، وقد تكون توجيهها مهنيا يعمل على توافقه لمهنته ، أو تكون ارشادا نفسيا يؤدى الى توافقه مع نفسه ومع غيره ومع بيئته •

ولا يعنى التوجيه اعطاء تعليمات أو توجيهات محددة للفرد ، أو املاء وجهة نظر معينة عليه ، كما لا يعنى التوجيه أن يحمل الموجه أعباء الفرد ومسئوليته ، ولكنه يستهدف تقديم العون والمساعدة • • ويقدم هذه المساعدة أخصائيون نفسانيون مؤهلون ومدرّبون الى شخص آخر فى أية مرحلة من مراحل نموه ، بحيث تمكن الفرد من تدبير شئون حياته وتعديل أفكاره وقيمه واتجاهاته ، وتساعد على اتخاذ القرارات التى تلائمها وتتاسب الموقف الذى يواجهه • وقد تقدم هذه المساعدة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، كما قد تقدم لفرد واحد أو لمجموعة من الأفراد •

ومعنى ذلك أن التوجيه يتصل بجميع الجوانب الشخصية للفرد ، سواء أكانت عقلية أو انفعالية أو اجتماعية ، وعلى ذلك فهو يهتم باتجاهات

الشخص وأنماطه السلوكية ، وتنشئ مساعدته على تكامل أوجه نشاطه مستخدماً طاقاته الأساسية والفرص المتاحة له في بيئته • وقد تستهدف خدمات التوجيه مساعدة الفرد على تحقيق التوافق في مجال خاص من النشاط كالتكيف للمنهج الدراسي مثلاً •• فهذا التكيف يتطلب الاهتمام بعدة عوامل منها : صحة التلميذ ، وإمكانياته العقلية ، واتجاهاته نحو الدراسة بوجه عام أو نحو ميدان خاص من ميادين التعلم ، ومقدار الوقت الذي يستطيع تخصيصه للدراسة ، وخطط التلميذ للمستقبل الدراسي والمهني ، ومدى تعاون الأسرة لتحقيق الصحة النفسية للتلميذ • وهكذا نجد أن التوجيه عبارة عن مجموعة من الخدمات الفنية والمساعدات الخاصة ، من بينها أوجه النشاط التي تجعل البرنامج الدراسي أكثر فاعلية وجدوى في مقابلة حاجات التلاميذ كأفراد وجماعات • ولذلك يرسم توجيه التلاميذ مجموعة من الخطط تستهدف ما يأتي :

١ - الكشف عن الحاجات الحقيقية لدى التلاميذ والمشكلات التي يتعرضون لها •

٢ - استخدام المعلومات المتجمعة عن التلاميذ لتطويع التعليم وتعديله بحيث يشبع الحاجات المختلفة للتلاميذ •

٣ - مساعدة التلاميذ على فهم أنفسهم في مراحل النمو المختلفة ، والوصول بنمو كل تلميذ إلى مستوى أفضل •

٤ - إمداد التلاميذ بمجموعة من الخدمات مثل : التعريف بالبيئة المدرسية ، والمقابلة الفردية ، والإرشاد النفسي ، والتوجيه الجمعي ، والترحيل بالمعلومات في شتى المجالات ومساعدتهم على وضع الأهداف الدراسية والمهنية المستقبلية ، ومعاونتهم على الالتحاق بالعمل اللائق بعد إتمام دراستهم ، ومتابعة الخريجين ، ودراسة حالات المتخلفين دراسياً •

٥ - تخطيط الأبحاث التي تستهدف تقويم برامج التوجيه والإرشاد النفسي (٣) •

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : دور المعلم في التوجيه والإرشاد بالمدرسة الثانوية . مكة المكرمة : المؤتمر الأول لاعمداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ ، ص ٦ •

نخلص مما تقدم بأن التوجيه هو المساعدة التي يقدمها شخص لآخر كي يستطيع أن يختار طريقا معينا ويتخذ قرارا خاصا يحقق له التوافق ويساعده على حل مشكلاته • ويستهدف التوجيه مساعدة الفرد على النمو والاستقلال في حياته وتنمية قدراته على تحمل مسؤولياته الشخصية والاجتماعية • وهو خدمة تشمل شتى جوانب حياة الفرد ولا تقتصر على جانب معين من حياة الفرد • وهو يتوافر في جميع مراحل الحياة ، في المنزل والمدرسة والعمل والعلاقات الاجتماعية ، ويلحق الفرد في شتى مراحل نموه من الطفولة حتى الشيخوخة • أما عن « الارشاد النفسي » ^(٤) ، فهو تلك العملية التي تجري بين فردين أحدهما قلق مضطرب بسبب بعض المشكلات الانفعالية التي لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده ، والثاني أخصائي يستطيع بحكم اعداده المهني وخبرته الفنية السيكولوجية أن يقدم المساعدات التي تمكن الفرد من أن يصل الى حل لمشكلاته • ويركز الارشاد النفسي على المشكلات التي لم تصل بعد بالفرد الى حد الانحراف الذي يهتم به العلاج النفسي والتي تظهر في الأمراض النفسية على اختلاف أنواعها • وإذا حللنا هذا التعريف بشيء من العمق نجد أن الهدف الأول للارشاد النفسي هو مساعدة الفرد الذي يطلب المساعدة كي يتغلب على المشكلات التي تواجهه أو أن يخفف منها بقدر الامكان • وفي هذا الصدد يتفق الارشاد النفسي من حيث الهدف مع التوجيه ، غير أن الارشاد النفسي بمعناه المحدود يختلف عن التوجيه في أنه — أي الارشاد — أكثر تأكيداً للعملية التعليمية التي يجب أن يمر بها الفرد أثناء عملية الارشاد ، حيث يتم تنظيم الموقف الاستشاري بحيث يصبح موقفا تعليميا يؤدي بالفرد الى تنمية الاستبصار ، سواء أكان ذلك فيما يتعلق بدوافعه وأفكاره وقيمه أو فيما يختص بأنماط سلوكه وأساليب تعامله مع الآخرين أو مع نفسه • ويتفق الارشاد النفسي في هذه الناحية مع العلاج النفسي •

وإذا ما تساءلنا عن الفرق بين التوجيه والارشاد النفسى نجد أن الفروق بينهما طفيفة ، وأن البعض ينكر هذه الفروق ويعتبر أن الارشاد النفسى نوع من التوجيه • ومن الممكن القول ان الفرق بينهما فرق فى المجال والدرجة التى يتناول بها كل منهما الفرد • فبينما يتسع المجال فى التوجيه بحيث يشمل التوجيه التربوى والمهنى والاجتماعى والتوجيه الجمعى ، نجد أن الارشاد النفسى يقتصر على النواحي المتعلقة بحياة الفرد الانفعالية والاجتماعية ، وهى الخبرات التى يمر بها الفرد عند تفاعله مع بيئته والتى تسبب له فى بعض الأحيان قلقا واضطرابا واضحين • أما من حيث الدرجة فاننا نجد التوجيه - أثناء معالجة اتجاهات الفرد وقيمه ومشكلاته النفسية - لا يصل فى تعمقه وبحته الى الدرجة التى يصل اليها الارشاد النفسى • ويرى البعض أن الارشاد النفسى خطوة من خطوات التوجيه التربوى أو المهنى ، ولكن الاستشارة أو الارشاد النفسى المقصود فى هذا المجال لا يتجاوز تخفيف حالات القلق والاضطراب النفسى البسيط لدى الفرد •

الأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى

يستند التوجيه والارشاد النفسى الى مجموعة من الأسس والمبادئ والمسلمات ، تكون فى مجموعها فلسفة التوجيه والارشاد التى يجب أن يدركها المشتغلون بهذه العملية ، بحيث يمكن أن تصبح دستورا فلسفيا ونفسيا واجتماعيا وفنيا وأخلاقيا للقائمين بخدمات التوجيه والارشاد النفسى (٥) •

أولا - الأسس الفلسفية للتوجيه والارشاد :

١ - يستند التوجيه أساسا الى فلسفة ديمقراطية ، على أساس منح الحرية للفرد كى يستفيد من المعلومات ، ويختار من بين الفرص العديدة ، ويتخذ قراراته التى تمس حياته ومستقبله • ومعنى ذلك

(٥) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٨٠ - ٨٥ .

أن التوجيه لا يمنح للفرد ، وإنما ينمو ذاتيا لديه ، فهو يبدأ من الفرد ولل فرد وبالفرد • وهو فى ذلك لا يؤمن بفلسفة فردية متطرفة لا تضع المجتمع فى اعتبارها ، ولكنه يقدر الفرد مرتبطا بالمجتمع ، أى أن الفرد ينبغى أن يشبع حاجاته ويحقق رغباته فى حدود ما يرسمه المجتمع والثقافة التى يعيش بها •

٢ — اذا كان الهدف من التوجيه والارشاد النفسى هو أن يحقق الفرد ذاته فى مختلف المجالات ، فان ذلك يدعو الى القول بأن عملية التوجيه ليست اكراها أو أمرا أو وعظا • وعلى ذلك يجب احترام حرية الفرد الذى يقدم له الموجه المساعدة بما يساعده على أن يتفهم حقيقة ذاته ويتعرف على امكاناته ويكشف عن مواهبه ، كما يجب العمل على احترام حق الفرد فى تحديد أهدافه ووضع الخطة التى تحققها •

٣ — يحتاج كل فرد الى مساعدة ما لحل مشكلته المختلفة وفقا لظروف حياته ، وله الحق فى طلب هذه المساعدة عندما يعترضه موقف لا يستطيع أن يواجهه بنجاح الا اذا توافرت له هذه المساعدة • ولا بد أن يشعر الفرد أولا بحاجته الى المساعدة حتى تؤتى ثمارها ، كما لا بد أن يثق فى فعالية التوجيه وأنه يقدم له المساعدة اللازمة كي يتغلب على مشكلاته •

ثانيا — الأسس السيكولوجية لعملية التوجيه والارشاد :

تعتمد عمليات التوجيه والارشاد على مجموعة من المبادئ النفسية المشتقة من دراسة الطبيعة البشرية • ويمكن تلخيص هذه الأسس والمبادئ النفسية فى الآتى :

١ — على الرغم من تشابه البشر فى بعض النواحي ، الا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد سواء فى قدراتهم أو استعداداتهم أو ميولهم أو شخصياتهم ، كما يتباينون من حيث القوة الجسمية والصحة العامة •

٢ — يوجد فى داخل الفرد ذاته ألوان شتى من الاختلاف فى خصائصه الجسمية والعقلية والنفسية ، باعتبارها خصائص غير ثابتة . وهى فى نموها لا تسير بخطى متشابهة أو متوازية •• فكثيرا ما تسرع بعض الخصائص عن غيرها فى معدل النمو ، كتقدم النمو العقلى على النمو الاجتماعى مثلا ، بالإضافة الى ما يطرأ على الفرد من تغيير عند انتقاله من مرحلة نمو الى مرحلة أخرى •

٣ — تؤثر جوانب الشخصية المختلفة بعضها على البعض الآخر ، ولذلك لابد من مراعاة نمو الشخصية الانسانية نموا متكاملا ، حيث تؤثر أبعادها المختلفة فى سلوك الفرد سواء أكان ظاهرا أو كامنا •

٤ — تنشأ لدى الفرد فى كل مرحلة من مراحل نموه العضوى والنفسى كثير من الحاجات التى تتطلب الاشباع ، ولا بد أن يراعى فى اشباعها مستوى نضج الفرد والأصول الثقافية التى نشأ فيها ، وفى حدود القيم والاتجاهات السائدة فى بيئته •

٥ — تعتبر عملية التوجيه والارشاد النفسى عملية تعلم ، لأن الفرد يكتسب خلالها اتجاهات وعادات وقيم ومظاهر سلوكية جديدة ، ويغير من وجهة نظره نحو نفسه ونحو الناس والأشياء والمبادئ ، ويتعلم طرقا جديدة لمعالجة ما يواجهه من مشكلات ، ويتزود بالمعلومات اللازمة لمواجهة الظروف التى تواجهه ، وتتاح له فرص الاختيار وتحديد الأهداف ووضع الخطط ، وتنتهى له الظروف لتطبيق ما يتعلمه وتعميمه فى كثير من المواقف الجديدة على أساس من قوانين انتقال أثر التعلم •

ثالثا — الأسس التربوية والاجتماعية لعملية التوجيه :

تقوم عملية التوجيه على عدة أسس ومبادئ تربوية واجتماعية يمكن أن نوجزها فيما يأتى :

١ — تختلف عملية التوجيه بمعناها السلوكى عن عملية التعليم بمعناها الضيق المحدود •• فبينما يهتم التعليم بالمواد الدراسية ،

نجد عملية التوجيه تهتم بأشباع حاجات التلاميذ التى تنشأ فى المجالات المختلفة للحياة وفى أبعاد النمو المختلفة • ومع ذلك فإن العمليتين تكمل كل منهما الأخرى ، حيث تساعد عملية التوجيه على جعل التعليم أكثر فاعلية ، وتتبع المنهج وطريقة التدريس الى العمل على تحقيق التوافق الفردى والاجتماعى لأفراد المجتمع المدرسى •

٢ — ان تنفيذ خدمات التوجيه من مسئولية الأخصائيين المؤهلين المدرسين والمعلمين للقيام بها • ولسنا ننكر دور جميع المتصلين بالتلميذ فى الأسرة والمدرسة والمجتمع فى تقديم التسهيلات التى تجعل برنامج التوجيه أكثر فعالية وفائدة • وهذا بدوره يتطلب تعاون الموجه مع المشرف الاجتماعى والطبيب والمدرسين ، بالإضافة الى التعاون مع الهيئات المتصلة بالمدرسة كراعية الشباب والصحة المدرسية والعيادات النفسية •

٣ — لا بد من الاهتمام بالتلميذ كعضو فى جماعة • فالى جانب الاهتمام به كفرد ، نجد أن خدمات التوجيه تهتم به أيضا باعتباره يعيش فى جماعات مختلفة كالأسرة والأصدقاء والمجتمع المحلى والقومى والعالمى • وعلى ذلك لابد من تخطيط خدمات التوجيه الجمعى ، على أن يفهم الفرد دوره ومكانته فى الجماعات والمؤسسات التى ينتمى اليها • وتعتبر عملية التفاعل بين الفرد والمجتمع هذه هى المحور الأساسى لعملية التوجيه والارشاد النفسى •

٤ — لابد من مشاركة الآباء وقادة المجتمع المحلى فى عملية التوجيه ، بحيث تؤدى هذه المشاركة الى تنسيق التعاون بين المدرسة — باعتبارها المؤسسة المسئولة عن التربية الرسمية فى الدولة — وبين المؤسسات الاجتماعية الأخرى المسئولة عن تربية الطفل بطريقة غير مباشرة •



رابعاً — الأسس الفنية والأخلاقية لعملية التوجيه :

هناك بعض الأسس والمبادئ المشتقة من طبيعة عملية التوجيه

والارشاد النفسى ، ومن المجال الذى يعمل فيه الموجه أو المرشد النفسى ، وتتلخص هذه الأسس فى الآتى :

١ - يجب على الموجه أن يبحث مشكلة الفرد من جميع زواياها وأن يستخدم كل ما لديه من وسائل وامكانيات لمساعدته على حلها •

٢ - على الموجه أن يكون مرناً فى اتباع الوسيلة التى تتفق مع حاجات الفرد وصفاته وطبيعة المشكلات التى تواجهه ، مع مراعاة ألا يتعدى حدود اختصاصاته •

٣ - يجب على الموجه أن يحافظ على سر مهنته ، فلا يذيع أية معلومات تتعلق بعملائه الا فى اطار الاجتماعات المهنية مع الأخصائيين عندما تدعو الحاجة الى معاونتهم •

٤ - ينبغى أن يبذل الموجه كل جهده لكى يزيد من فهم العميل لنفسه وللعالم الذى يعيش فيه •

٥ - ينبغى أن يكون القرار النهائى فى أية عملية توجيه أو ارشاد نفسى صادراً عن العميل وبناء على اختياره الحر وعلى مسؤوليته • وليس معنى هذا أن يترك للعميل اتخاذ قرار ضد مصلحته ، ولكن المقصود هو أن يتدخل الموجه بالمقدر المعقول حتى يبصر العميل بالأضرار التى قد يتعرض لها نتيجة لهذا القرار •

٦ - على الموجه أن يساعد العميل على تقبل ذاته كما هى على حقيقتها ، بمعنى أن يبصره بنواحي القوة ليدعمها وجوانب الضعف كى يتغلب عليها •

٧ - ينبغى أن تتغير طرق التوجيه وفقاً لحاجات العميل • لذا يجب أن يكون الموجه متمكناً من الوسائل المختلفة المستخدمة فى علاج المشكلات التى تعرض عليه •

٨ - ينبغى تحويل العميل الى الأخصائيين الآخرين اذا ما تطلب الأمر ذلك ، كما فى حالة الشك فى وجود مرض نفسى أو عضوى مثلاً •

المعالجة النفسية

ترجع نشأة « العلاج النفسي » ^(٦) الى عهود سابقة بعيدة ، غير أن ازدهاره وانتشاره كان فى بداية القرن العشرين عندما ظهرت « نظرية التحليل النفسى » باعتبارها نظرية فى النفس البشرية وطريقة فى علاج الأمراض النفسية . وقد أشارت نظرية التحليل النفسى الى أهمية الدوافع اللاشعورية ، والى أن الأمراض النفسية ليست الا وسائل تكيف يقوم بها الفرد لمواجهة مواقف صعبة لا يمكنه أن يواجهها صراحة بطريقة سوية . وقد تركت هذه النظرية — نظرية التحليل النفسى — أثرا كبيرا فى سائر فروع الخدمات النفسية فهى قد أثرت فى مختلف فروع التوجيه والارشاد النفسى ، سواء فيما يتعلق بالأسس التى تقوم عليها هذه الخدمات أو الوسائل التى تتبع فى تحقيق أهدافها . فاهتم الموجهون التربويون والمهنيون بالدوافع اللاشعورية التى تؤثر فى تكيف الفرد فى الدراسة والعمل وفى اختياره لمهنته ، كما أدت الى الاهتمام بعملية الارشاد النفسى والعلاقات القائمة بين المرشد والعميل . وأثرت كذلك فى نظرة الأخصائى الاجتماعى لسلوك الفرد وفى طرق مواجهته للمشكلات وأساليب تفاعله مع الموقف .

ولكن الأمر — فى العلاج النفسى — لم يقتصر على المحللين النفسيين ، فسرعان ما دخل المختصون فى سيكولوجية التعلم وفى علم النفس الاجتماعى وفى سيكولوجية الشخصية فى الميدان نتيجة لأوجه التشابه التى «حظوها بين نشأة الأمراض النفسية واكتساب أساليب السلوك المختلفة ، ونتيجة لما لاحظوه من أثر الظروف الاقتصادية والاجتماعية فى نشأة الانحرافات النفسية . وقد كان من أثر ذلك أن ظهرت أساليب من العلاج تختلف عن الأساليب المعروفة لدى مدرسة التحليل النفسى اختلافا قد يكون بسيطا فى بعضها وكبيرا فى البعض الآخر . وظهرت أساليب العلاج « غير الموجه » أو « المتمركز حول

العميل (Client - Centered) لـ « روجرز »^(٧) وأساليب العلاج التي تعتمد على « التعلم » « ليلر » و « دولارد »^(٨) .

وكان دخول الأخصائيين النفسيين في ميدان العلاج النفسي سببا في تنوع الأسس التي تفسر على أساس الأمراض النفسية ، كما كانت أيضا سببا في أخضاع كثير من الظواهر المرضية والعلاجية لأساليب التجريب والبحث الإحصائي ولتفسير نتائجها في إطار نظريات علم النفس . وبعد أن كانت نظرية التحليل النفسي منعزلة عن علم النفس أصبحت جزءا منه وداخلة في إطاره ومنطلقا للنظريات المتطورة للعلاج النفسي .

ويقوم بالعلاج النفسي مؤسسات متنوعة ، قد يكون بعضها قاصرا عليه ، وبعضها يقوم به على أساس أنه إحدى وظائفها الأساسية أو الفرعية . وقد تكون هذه المؤسسات طبية في أساسها ، أو تربوية أو اجتماعية أو نفسية . فنجد أن العلاج النفسي يتم أحيانا في مؤسسات خاصة به ، وأحيانا يتم في المستشفيات العامة أو الخاصة ، وفي أحيان أخرى يجري في مؤسسات تربوية كالعيادات النفسية الملحقه بكليات التربية وبأقسام علم النفس بالجامعات ، أو في مؤسسات اجتماعية كمؤسسات تأهيل المعوقين أو مؤسسات رعاية الأحداث ومكاتب الخدمة الاجتماعية المدرسية . ويقوم بالعلاج النفسي أخصائيون نفسيون متخصصون في علم النفس الأكاديمي ، أو أطباء نفسيون متخصصون في الطب النفسي^(٩) .

« والعلاج النفسي » — كما يعرفه البعض — عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات الطبيعة الانفعالية الحادة ، وفيه يقوم شخص مؤهل ومدرب بإيجاد علاقة مهنية مع المريض بقصد معاونته لازالة الأعراض النفسية الموجودة لديه أو تعديلها أو منع ظهورها ، وذلك

Rogers, C.; Client - Centered Therapy. Boston : (٧)
Houghton - Mifflin, 1951 .

Dollard, J.; and Miller. N.; Personality and Psychotherapy. New York : McGraw - Hill, 1950. (٨)

(٩) سيد عبد الحميد مرسى : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني ، القاهرة : الخانجي ، ١٩٧٦ ، ص ٦٧ — ٦٨ .

لتغيير أساليب السلوك المضطربة التي يعبر بها عن مشكلاته الانفعالية والعمل على نمو شخصيته وتطورها • ويذهب البعض الآخر الى أن العلاج النفسى يتضمن جميع الأساليب التى تؤثر على المريض فتجعله يغير من تفكيره ومشاعره وسلوكه بما يتفق مع أساليب التفكير والشعور والسلوك السليمة السوية • ويرى آخرون أن العلاج النفسى هو تلك العملية التى يساعد بها المعالج النفسى مريضه على أن يتحرر من قلقه ومشاعره التى تقف حجر عثره فى سبيل تحقيق أقصا تكيف شخصى له ، ويؤثر هذا التحرر فى سلوكه فى أهم مجالات الحياة البشرية مثل العلاقات الانسانية والاجتماعية والمهنية •

وإذا رجعنا الى تعريف « الارشاد النفسى » نجده يشترك مع العلاج النفسى فى الشئ الكثير ، الى الدرجة التى جعلت بعض الباحثين النفسيين يذهبون الى أنها ليسا سوى عملية واحدة ، الا أن البعض الآخر يذهب الى التفرقة بينهما • ويمكن أن نتصور أنهما طرفان لامتداد واحد ، وأن الفرق بينهما هو فى درجة المشكلة الانفعالية التى يعانيتها الفرد ، وفى التحليل الذى يقوم به المعالج النفسى ، ومدى التغير الذى يتناول الشخصية بأكملها • ومما سبق يمكن أن نضع ثلاث عمليات على امتداد واحد هى :

التوجيه — الارشاد النفسى — العلاج النفسى •

وعلى ذلك فالتوجيه والارشاد والعلاج النفسى ليست سوى درجات فى عملية واحدة تستهدف مساعدة الفرد كى يتغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى حياته • وتتميز هذه العملية فى « التوجيه » بالاتساع وبمعالجة المشكلات على مستوى سطحى نسبيا بحكم طبيعة هذه المشكلات • ويتميز « الارشاد النفسى » بأنه يتناول مشكلات أقل تنوعا — وهى مشكلات سوء التوافق — بشئ من التعمق • أما « العلاج النفسى » فإنه يتناول مشكلات الانحراف النفسى العميقة بطريقة أكثر تعمقا ، اذ يتناول التكوين الأساسى للشخصية بالتعديل والتغيير (١٠) •

● أهداف العلاج النفسى :

الهدف الأسمى للعلاج — مهما تعددت واختلفت المدارس الفكرية التى ينتمى اليها المعالجون النفسيون — هو تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسى ، أى مساعدة الفرد على تحقيق السعادة مع نفسه ومع الآخرين ، والتوافق مع نفسه ومع بيئته واستغلال قدراته حتى يستطيع مواجهة مطالب الحياة والواقع فى سلام •

وعلى العموم فإن العلاج النفسى يسعى الى تحقيق الأهداف التالية :

— ازالة العوامل والأسباب التى أدت الى المرض ، وعلاج الأعراض •

— مواجهة المشكلات وتحويلها من مشكلات مهيمنة الى مشكلات مسيطر عليها ، وحلها •

— تعديل السلوك غير السوى ، وتعلم السلوك السوى الناضج •

— تعديل الدوافع التى تكمن وراء السلوك غير السوى •

— التخلص من المشكلات السلوكية ، وزيادة البصيرة بالنسبة

لها ، وتعلم أساليب مواجهتها مستقبلا •

— التخلص من نواحي الضعف والعجز ، وتعزيز نواحي القوة

وتدعيمها ، وتنمية القدرات بعد التعرف عليها •

— تغيير المفهوم السالب للذات ، والقضاء على عدم التوافق بين

مستويات مفهوم الذات من مختلف جوانبها ، وتحقيق التوافق بين

مستويات مفهوم الذات •

— تحقيق تقبل الذات وتقبل الآخرين ، واقامة علاقات اجتماعية

سليمة •

— تدعيم بناء الشخصية وتحقيق تكاملها •

— تحقيق التوافق الشخصى والاجتماعى والمهنى •

— تعلم أساليب أكثر فعالية لمواجهة البيئة بمطالبها المتعددة ،

بصورة واقعية •

- زيادة القدرة على حل الصراع النفسى والتغلب على التوتر والاحباط والقلق .
- زيادة تقبل المسؤولية الشخصية وتحملها لتقدم العلاج نحو أهدافه .
- العمل على اتمام الشفاء والحيلولة دون حدوث النكسة (١١) .

المعالجة النفسى فى القرآن

نزل القرآن الكريم أساسا هداية للناس ، ولدعوتهم الى عقيدة التوحيد ، ولتعليمهم قيما وأساليب جديدة من التفكير والحياة ، ولارشادهم الى السلوك السوى السليم الذى فيه صلاح الانسان وخير المجتمع ، ولتوجيههم الى الطرق الصحيحة لتربية النفس وتنشئتها تنشئة سليمة تؤدى بها الى بلوغ الكمال الانسانى الذى تتحقق به سعادة الانسان فى الحياة الدنيا وفى الآخرة . قال تعالى :

- « ان هذا القرآن يهدى للتي هي اقوم ويبشر المؤمنين الذين يعملون الصالحات ان لهم اجرا كبيرا » . (الاسراء : ٩)
- « يا ايها الناس قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما فى الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين » . (يونس : ٥٧)
- « ونزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا » . (الاسراء : ٨٢)
- « هذا بصائر للناس وهدى ورحمة لقوم يوقنون » . (الجاثية : ٢٠)

ولا شك أن فى القرآن طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن فى نفس الانسان . فهو يهز وجدانه ، ويرهف أحاسيسه ومشاعره ، ويصقل روحه ، ويوقظ ادراكه وتفكيره ، ويجلى بصيرته ، فاذا بالانسان

(١١) خالد عبد السلام زهران : الصحة النفسية والعلاج النفسى . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ ، ص ١٨٥ — ١٨٦ .

بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح انسانا جديدا ، كأنه خلق خلقا جديدا (١٢) .

* * *

● الايمان والشعور بالأمن :

تتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « المقلق » هو السبب الرئيسى فى نشوء أعراض الأمراض النفسية ، ولكنها تختلف فيما بينها فى تحديد العوامل التى تسبب المقلق . وتتفق هذه المدارس أيضا على أن الهدف الرئيسى للعلاج النفسى هو التخلص من المقلق وبث الشعور بالأمن فى نفس الانسان . وهى تتبع لتحقيق هذا الهدف أساليب علاجية مختلفة ، ولكن هذه الأساليب لا تتجح دائما فى تحقيق الشفاء التام من الأمراض النفسية .

وتمدنا دراستنا لتاريخ الأديان ، وبخاصة الدين الاسلامى ، بأدلة عن نجاح الايمان بالله فى شفاء النفس من أمراضها ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة ، والوقاية من الشعور بالقلق وما قد ينشأ عنه من أمراض نفسية . ومما يجدر ملاحظته أن العلاج يبدأ عادة بعد حدوث المرض النفسى ، أما الايمان بالله اذا ما بث فى النفس منذ الصغر ، فإنه يكسب الانسان مناعة ووقاية من الأمراض النفسية . وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من أمن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● « الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون » . (الأنعام : ٨٢)

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » . (الرعد : ٢٨)

● « ما أصاب من مصيبة إلا باذن الله ، ومن يؤمن بالله يهد قلبه ، والله بكل شىء عليم » . (التعاين : ١١)

ان المؤمن بالله ايمانا صادقا لا يخاف شيئا فى هذه الحياة الدنيا فهو يعلم أنه لن يصيبه شر أو أذى الا بمشيئة الله تعالى ، ولا يمكن لأى انسان أو لأية قوة غى هذه الحياة أن تلحق به ضررا أو تمنع عنه خيرا الا بمشيئة الله تعالى . ولذلك فالمؤمن الصادق الايمان انسان لا يمكن أن يملكه الخوف أو القلق (١٣) . قال تعالى :

● « بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله أجره عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . (البقرة : ١١٢)
● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . (الأحقاف : ١٣)

● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة ألا تخافوا ولا تحزنوا وأبشروا بالجنة التى كنتم توعدون . نحن أولياؤكم فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ، ولكم فيها ما تشتهى أنفسكم ولكم فيها ما تدعون » . (فصلت : ٣٠ — ٣١)

● أسلوب القرآن فى علاج النفس (١٤) :

لكى نستطيع أن نحدث تعديلا أو تغييرا فى شخصية فرد ما وفى سلوكه ، علينا أن نقوم بتعديل أفكاره واتجاهاته أو تغييرها ، حيث ان سلوك الانسان يتأثر — بدرجة كبيرة — بأفكاره واتجاهاته . ولذلك فان العلاج النفسى يستهدف أساسا تغيير أفكار المرضى النفسيين عن أنفسهم ، وعن الآخرين ، والحياة ، والمشكلات التى تواجههم . وحينما تتغير أفكار المريض النفسى نتيجة للعلاج فانه يصبح أقدر على مواجهة مشكلاته وأقدر على حلها ، بل انه غالبا ما يرى أن مشكلاته التى كانت تقلقه فى الماضى والتى أدت الى مرضه لم تكن فى الحقيقة بالضخامة التى كان يتوهمها ، ولم يكن هناك فى الحقيقة مبرر يدعو الى قلقه الشديد بسببها .

(١٣) المرجع السابق ، ص ٢٤١ — ٢٤٣ .

(١٤) المرجع نفسه ، ص ٢٥١ — ٢٧٦ .

وعملية التعلم هي في أساسها عملية يتم فيها تعديل الأفكار والاتجاهات والعادات والسلوك وتغييرها . والعلاج النفسي هو في أساسه عملية تصبح تعلم سابق غير سليم اكتسب فيه المريض أفكارا خاطئة أو وهمية عن نفسه وعن غيره من الناس ، وعن مشكلات الحياة التي تجابهه وتسبب له القلق ، وتعلم أساليب معينة من السلوك الدفاعي التي يهرب بها من مواجهة مشكلاته ، ويخفف بها من حدة قلقه . ويحاول المعالج النفسي أن يصحح أفكار المريض ، ويجعله ينظر الى نفسه ، والى الناس ، والى مشكلاته نظرة واقعية صحيحة ، وأن يواجه مشكلاته بدلا من الهرب منها ، ويحاول حلها بدلا من الاستمرار في حالة الصراع النفسي الناشئ عن العجز عن حل هذه المشكلات . ان هذا التغير في نظرة المريض النفسي الى ذاته ، والى الناس ، والى الحياة ، يمدّه بالقدرة على مواجهة مشكلاته وحلها ، فيتخلص بذلك من الصراع النفسي وما يسببه له من قلق . وينتج عن ذلك عادة شعور المريض بالنشاط والحيوية ينبعثان فيه من جديد ، ويبدأ يمارس حياته الطبيعية بفاعلية ، مما يجعله يشعر بمتعة الحياة ، وبالرضا النفسي ، وراحة البال ، والسعادة . قال تعالى :

● « ٠٠ ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم ٠٠ »

(الرعد : ١١)

ولقد نزل القرآن الكريم لتغيير أفكار الناس واتجاهاتهم وسلوكهم ، ولهدايتهم وتغيير ما هم فيه من ضلالة وجهل ، وتوجيههم الى ما فيه صلاحهم وخيرهم ، ومدّهم بأفكار جديدة عن طبيعة الانسان ورسالته في الحياة ، وبقيم وأخلاق جديدة ، ومثل عليا للحياة . وقد نجح القرآن نجاحا عظيما في التأثير في شخصيات الناس ، وفي تغييرها تغييرا كبيرا كانت له نتائج بعيدة الأثر في وضع أسس جديدة لنظام حياة الانسان الشخصية ، ولنظام العلاقات الانسانية سواء في داخل الأسرة أو في المجتمع عامة . وباختصار ، نجح القرآن نجاحا لا نظير له بين جميع الدعوات الدينية في جميع عصور التاريخ في احداث تغييرات عظيمة الأثر في شخصيات المسلمين ، وفي المجتمع الاسلامي .

(١٣ - الشخصية السوية)

فقد نجح القرآن الكريم فى فترة وجيزة من الزمن فى تكوين الشخصية الانسانية المتكاملة المترنة الآمنة المطمئنة ، التى استطاعت بطاقتها الجبارة التى تولدت عن هذا التغيير الذى حدث فيها ، أن تهز العالم وتغير مجرى التاريخ • واذا ما تساءلنا : كيف استطاع القرآن معالجة نفوس العرب وأن يغير شخصياتهم ؟ هذا ما سنناقشه فيما يلى :

أولا — الايمان بعقيدة التوحيد :

ان أول شئ أراد القرآن أن يغيره فى نفوس العرب هو العقيدة ، ولذلك فان آيات القرآن الكريم التى نزلت بمكة المكرمة فى المرحلة الأولى من الدعوة الاسلامية كانت تستهدف أساسا تأكيد عقيدة التوحيد • وكان أسلوب القرآن الفائق فى بلاغته ، واستدلالاته العقلية المقنعة فيما يعرضه من القضايا والأحكام ، وما جاء فيه من قصص وأمثال توضح المعانى وتبسطها وتقرّبها الى الأذهان ، وما استخدمه القرآن من أساليب الترغيب والترهيب لاثارة الدافع الى التعلم ، وتكرار بعض المعانى لتأكيدھا فى الأذهان • كل ذلك كان له أكبر الأثر فى تقبل الناس للدين الجديد ، وفى ايمانهم بعقيدة التوحيد • ولقد كان الايمان بعقيدة التوحيد هو الخطوة الأولى فى احداث تغيير كبير فى الشخصية • فهو يولد فى الانسان طاقة روحية هائلة تغير مفهومه عن ذاته ، وعن الناس ، والحياة ، والكون بأكمله • انه يمدّه بمعنى جديد للحياة ولرسالته فيها • ويملأ قلبه بالحب لله وللرسول وللناس من حوله وللانسانية عامة ، ويبعث الشعور بالأمن والطمأنينة • وقد عبر القرآن عن العقيدة « بالايمان » ، قال تعالى :

● « وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون » •

(الذاريات : ٥٦)

● « ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات كانت لهم جنات الفردوس

نزلا • خالدین فيها لا یبغون عنها حولا » •

(الكهف : ١٠٧ — ١٠٨)

- « من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ، ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون » •
(النحل : ٩٧)
- « يا أيها الناس اعبدوا ربكم الذى خلقكم والذين من قبلكم لعلكم تتقون » •
(البقرة : ٢١)
- « وقضى ربك ألا تعبدوا الا اياه ٠٠ » (الاسراء : ٢٣)
- « وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم » • (يس : ٦١)

ثانيا - التقوى :

تصاحب الايمان بالله وتتبعه تقوى الله • والتقوى هى أن يقى الانسان نفسه من غضب الله وعذابه بالابتعاد عن ارتكاب المعاصى ، والالتزام بمنهج الله تعالى الذى رسمه لنا القرآن الكريم ، وأوضحه لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فنفعل ما أمرنا الله تعالى به ، ونبتعد عما نهانا عنه •

ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الانسان فى دوافعه وانفعالاته ، وسيطرته على ميوله وأهوائه ، فيقوم باثباع دوافعه فى الحدود التى يسمح بها الشرع فقط • ويتضمن مفهوم التقوى أيضا أن يتوخى الانسان دائما فى أفعاله الحق والعدل والأمانة والصدق ، وأن يعامل الناس بالحسنى ، ويتجنب العدوان والظلم • ويتضمن مفهوم التقوى كذلك أن يؤدي الانسان كل ما يوكل اليه من أعمال على أحسن وجه ، لأنه دائم التوجه الى الله تعالى فى كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته وثوابه • وهذا ما يدفع الانسان دائما الى تحسين ذاته ، وتنمية قدراته ومعلوماته ، ليؤدي عمله دائما على أحسن وجه • أن التقوى بهذا المعنى تصبح طاقة موجهة للانسان نحو السلوك الأفضل ، ونحو نمو الذات ورقبها ، وتجنب السلوك السيئ والمنحرف • وهذا يتطلب من الانسان مجاهدة نفسه والتحكم فى أهوائه وشهواته ، فيصبح هو المسيطر عليها والموجه لها • فالتقوى ، إذن ، من العوامل الرئيسية

التي تؤدي الى نضوج الشخصية وتكاملها ، وتدفع الانسان الى الارتقاء بذاته متطلعا الى بلوغ الكمال الانساني . قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وآمنوا برسوله يؤتكم كفلين من رحمته ويجعل لكم نورا تمشون به ويغفر لكم ، والله غفور رحيم » .
(الحديد : ٢٨)

● « يا أيها الذين آمنوا ان تتقوا الله يجعل لكم فرقانا ويكفر عنكم سيئاتكم ويغفر لكم ، والله ذو الفضل العظيم » .
(الأنفال : ٢٩)

● « يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا . يصلح لكم أعمالكم ويغفر لكم ذنوبكم ، ومن يطع الله ورسوله فقد فاز فوزا عظيما » .
(الأحزاب : ٧٠ - ٧١)

● « .. ومن يتق الله يجعل له من أمره يسرا » .
(الطلاق : ٤)

ثالثا - العبادات :

فى العلاج النفسى لا يكفى لشفاء المريض أن يعرف حقيقة مشكلاته ، وأن تتغير أفكاره عنها وتتغير نظراته للحياة ، بل من الضرورى أيضا أن يمر المريض النفسى بخبرات جديدة فى الحياة يطبق فيها أفكاره الجديدة عن نفسه وعن الناس ، وأن يرى بنفسه كيف أن سلوكه الجديد قد حقق نجاحا فى علاقاته الانسانية ، وأحدث تغييرا واضحا فى سلوك الآخرين نحوه . وبهذه الممارسة الفعلية فى الحياة للسلوك الجديد المنبعث من أفكاره الجديدة وما تؤدي اليه من أفكار مرضية(*) ، يحدث التغيير الكبير فى شخصية المريض ويسير بخطى سريعة نحو الشفاء .

وقد اتبع القرآن الكريم فى منهجه وتربيته لشخصيات الناس وفى تغيير سلوكهم ، أسلوب الممارسة الفعلية للأفكار والعبادات السلوكية الجديدة التى يريد أن يغرسها فى نفوسهم . ولذلك فرض

(*) مرضية : بضم الميم وتسكين الراء .

الله سبحانه وتعالى العبادات المختلفة : الصلاة ، والصيام ، والزكاة ،
والحج • ان القيام بهذه العبادات فى أوقات معينة بانتظام يعلم المؤمن
الطاعة لله تعالى ، والامتثال لأوامره ، والتوجه الدائم اليه فى عبودية
تامة • كما يعلمه الصبر ، وتحمل المشاق ، ومجاهدة النفس والتحكم
فى أهوائها ، كما يعلمه حب الناس ، والاحسان اليهم ، وينمى فى
نفسه روح التعاون والتكافل الاجتماعى • ولا شك أن قيام المؤمن
بهذه العبادات باخلاص وبانتظام انما يؤدى الى اكتسابه هذه الخصال
الحميدة التى تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة ، وتوفر
له مقومات الصحة النفسية السليمة ، كما يمدّه بوقاية من الأمراض
النفسية ، كما سيتضح لنا من مناقشتنا التالية لتأثير العبادات فى
شخصية المسلم •

١ - الصلاة :

يشير اسم « الصلاة » أن فيها صلة بين الانسان وربه • ففى
الصلاة يقف الانسان فى خشوع وتضرع بين يدى الله سبحانه وتعالى
خالقه وخالق الكون كله ، الذى بيده الحياة والموت ، والموزع الأرزاق
بين الناس ، مما يمد الانسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء
الروحي ، والاطمئنان والأمن النفسى • ففى الصلاة ، اذا ما أداها
الانسان كما ينبغى أن تؤدى ، يتوجه الفرد بكل حواسه وجوارحه الى
الله تعالى ، وينصرف عن التفكير فى مشكلات الحياة وهمومها • وهذا
من شأنه أن يبعث فى الانسان حالة من الاسترخاء التام ، وهدوء النفس
وراحة العقل •

ان « الاسترخاء » من الوسائل التى يستخدمها بعض المعالجين
النفسيين المحدثين فى علاج الأمراض النفسية ، خاصة القلق ، ويسمون
هذا الأسلوب « بالكف المتبادل » ^(١٥) • أو « العلاج الاسترخائى » ،
أو « العلاج بالتقليل من الحساسية الانفعالية » ، وهذا الاسترخاء
عادة يمكن أن يتعلمه الانسان بالتدريب ، وتمدنا الصلاة خمس مرات

فى اليوم بأحسن نظام للتدريب على الاسترخاء وتعلمه • وإذا تعلم الانسان الاسترخاء فإنه يستطيع أن يتخلص من التوتر العصبى الذى تسببه ضغوط الحياة • ولقد كان رسول الله ﷺ يقول لبلال رضى الله عنه حينما تحين أوقات الصلاة : « أرحنا بالصلاة يا بلال » • وفى الحديث : « أن رسول الله ﷺ كان اذا حزبه أمر صلى » (١٦) •

وتساعد حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة على التخلص أيضا من القلق الذى يشكو منه المرضى النفسىون • فان حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة تستمر عادة فترة ما بعد الانتهاء من الصلاة • وقد يواجه الانسان وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق ، أو قد يتذكرها • وتكرار تعرض الفرد لهذه المواقف المثيرة للقلق أو تذكره لها ، أثناء وجوده فى حالة الاسترخاء والهدوء النفسى عقب الصلوات ، انما تؤدى الى « الانطفاء » التدريجى للقلق ، والى ارتباط هذه المواقف المثيرة للقلق بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وبذلك يتخلص الفرد من القلق الذى كانت تثيره هذه المواقف •

ويقوم الانسان عقب الصلاة مباشرة بالتسبيح والدعاء الى الله تعالى ، وهذا يساعد على استمرار حالة الاسترخاء والهدوء النفسى لفترة ما عقب الصلاة • وفى الدعاء يقوم الانسان بمناجاة ربه • ويبعث اليه ما يعاينه فى حياته من مشكلات ترعجه وتقلقه ، ويطلب من الخالق سبحانه أن يعينه على حل مشكلاته وقضاء حاجاته • • ان مجرد تعبير الانسان عن المشكلات التى تقلقه وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسى يؤدى أيضا الى التخلص من القلق • وهو تكوين شرطى جديد بين هذه المشكلات وحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، فتفقد هذه المشكلات قدرتها على اثاره القلق تدريجيا ، وترتبط ارتباطا شرطيا بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وهى حالة معارضة للقلق •

وفضلاً عن ذلك ، فإن مجرد إفشاء الإنسان بمشكلاته وهمومه والتعبير عنها الى شخص آخر يسبب له راحة نفسية • ومن المعروف بين المعالجين النفسيين أن نذكر المريض النفسى لمشكلاته وتحدثه عنها يؤدي الى تخفيف حدة قلقه • وإذا كانت حالة الإنسان النفسية تتحسن اذا أفشى الإنسان بمشكلاته لصديق يرتاح اليه ، أو لمعالج نفسى ، فما بالك بمقدار التحسن الذى يمكن أن يطرأ على الإنسان اذا أفشى بمشكلاته لله سبحانه وتعالى ، وقام عقب كل صلاة بمناجاة ربه ودعائه والاستعانة به وطلب العون منه • أضف الى ذلك أن مجرد الدعاء الى الله تعالى والتضرع اليه يؤدي الى تخفيف حدة القلق من ناحية أخرى ، وذلك لأن المؤمن يعلم أن الله سبحانه وتعالى قال فى كتابه الكريم :

● « وقال ربكم ادعوني أستجب لكم » • (غافر : ٦٠)

● « واذا سألك عبادى عني فانى قريب ، أجيب دعوة الداع اذا دعان » • (البقرة : ١٨٦)

وبالإضافة الى كل ذلك ، فإن لصلاة الجماعة أثراً علاجياً هاماً • فتردد الفرد على المسجد لصلاة الجماعة يتيح له فرصة التعرف بجيرانه وبكثير من الأفراد الآخرين ممن يسكنون نفس الحي الذى يسكنه ، مما يساعد على تفاعله مع الناس الآخرين ، وعلى تكوين علاقات اجتماعية سليمة • ان مثل هذه العلاقات الاجتماعية يساعد على نمو شخصية الفرد ، وعلى نضجه الانفعالى ، كما يشبع حاجته الى الانتماء الاجتماعى والتقبل الاجتماعى ، مما يؤدي الى الوقاية من القلق الذى يعانى به بعض الناس نتيجة لشعورهم بالوحدة والعزلة وعدم الانتماء الى الجماعة ، أو شعورهم بعدم تقبل الجماعة لهم • وتؤدي صلاة الجمعة ، بصفة خاصة ، دوراً علاجياً هاماً ، حيث يستمع فيها المصلون الى خطبة الجمعة التى يناقش فيها الامام عادة بعض المشكلات الاجتماعية التى يعانىها الناس ، ويقوم بشرح أسبابها وطرق علاجها • وقد يتناول بعض أنواع السلوك الشاذ والمنحرف ، ويشرح أسبابها ، ويبين وسائل التغلب عليها • وتقوم صلاة الجمعة بدور وقائى ودور

علاجى .. أما دورها الوقائى فيرجع الى أنها تمتد الفرد ، اذا ما داوم على صلاة الجمعة منذ صغره ، بمعلومات دينية ، وارشادات عملية توجه سلوكه فى الحياة توجيهها سليما ، وتزويد من قدرته على مواجهة مشكلاته والتغلب عليها . أما دورها العلاجى فيرجع الى التأثير الذى تحدثه خطب صلاة الجمعة فى زيادة استبصار الفرد لذاته وما يعانىة من مشكلات ، وفى تقوية ارادته فى مواجهة مشكلاته والتغلب عليها . ان الدور الذى تقوم به صلاة الجماعة بعامه ، وصلاة الجمعة بخاصة ، فى تقويم شخصيات الأفراد وعلاجها انما يشبه الى حد ما الدور الذى يقوم به العلاج النفسى الجماعى .

هذا علاوة على أن « الوضوء » استعدادا للصلاة ليس تطهيرا للجسم فقط مما علق به من أوساخ وأدران ، وانما هو أيضا تطهير للنفس من أدرانها . فالوضوء ، اذ ما تم كما ينبغى ، يشعر المؤمن بالنظافة البدنية والنفسية معا ، ويشعره أنه تطهر من أدران أخطائه وذنوبه . ان هذا الشعور باطهارة البدنية والنفسية يهيئ الانسان للاتصال الروحى بالله سبحانه وتعالى ، والدخول فى حالة الاسترخاء الجسمى والنفسى أثناء الصلاة . فضلا عن هذا التأثير النفسى للوضوء ، فان له أيضا تأثيرا فسيولوجيا ، اذ تبين أن الاغتسال بالماء خمس مرات يوميا على فترات انما يساعد على استرخاء العضلات ، وتخفيف حدة التوتر البدنى والنفسى .

ونستشهد فيما يلى ببعض آيات القرآن الكريم وأحاديث نبوية شريفة :

● « وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة ، وما تقدموا لأنفسكم من خير تجدوه عند الله ، ان الله بما تعملون بصير » .

(البقرة : ١١٠)

● « وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها .. » (طه : ١٣٢)

● « وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة واركعوا مع الراكعين » .

(البقرة : ٤٣)

● « يا أيها الذين آمنوا اذا نودى للصلاة من يوم الجمعة فاسمعو الى ذكر الله وذروا البيع ، ذلكم خير لكم ان كنتم تعلمون » • (الجمعة : ٩)

● « قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون » • (المؤمنون : ١ - ٢)

● « يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين » • (البقرة : ١٥٣)

● « اتل ما أوحى اليك من الكتاب وأقم الصلاة ، ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر ، والله يعلم ما تصنعون » • (العنكبوت : ٤٥)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قال رسول الله ﷺ : « بنى الاسلام على خمس : شهادة أن لا اله الا الله ، وأن محمدا رسول الله ، وإقام الصلاة ، وإيتاء الزكاة ، وصوم رمضان ، وحج البيت » • (متفق عليه)

— عن أبى مالك الأشعرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « الطهور شطر الايمان » • (رواه مسلم)

— عن عثمان بن عفان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « من توضأ فأحسن الوضوء ، خرجت خطايا من جسده حتى تخرج من تحت أظفاره » • (رواه مسلم)

— عن ابن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله ﷺ قال : « صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفرد (أى الواحد) بسبع وعشرين درجة » • (متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « خير يوم طلعت عليه الشمس يوم الجمعة : فيه خلق آدم ، وفيه أدخل الجنة ، وفيه أخرج منها » • (رواه مسلم)

— « اذا قلت لصاحبك يوم الجمعة أنصت والامام يخطب فقد لغوت » • (رواه البخارى ومسلم)

٢ - الصيام :

للصيام فوائد نفسية كثيرة ، ففيه تربية وتهذيب للنفس وعلاج لكثير من أمراض الجسم والنفس . فالامساك عن الطعام والشراب من قبل الفجر الى غروب الشمس في جميع أيام شهر رمضان انما هو تدريب للانسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها ، بما يؤدي الى بث روح التقوى في نفسه .

وفي الصيام أيضا تدريب للانسان على الصبر على الجوع والعطش وكبح جماح الشهوات . ويقوم الانسان بعد ذلك بتعميم خصلة الصبر التي تعلمها من صيامه على جميع نواحي حياته الأخرى . . . فيتعلم الصبر على تحمل مشاق السعي في طلب الرزق ، وآلام المرض ، ومتاعب الحياة . والصبر من الخصال الانسانية الحميدة التي أوصى الله تعالى الانسان بالتحلى بها ، فهي خير معين له على تحمل مشاق الكفاح في الحياة ، ومجاهدة النفس ومقاومة أهوائها .

ومن الفوائد النفسية للصيام أيضا أنه يشعر الغنى بالآلام الجوع ، فيبعث في نفسه عواطف الرحمة والشفقة على الفقراء والمساكين ، فيدفعه ذلك الى البر بهم والاحسان اليهم ، مما يدعم روح التعاون والتضامن والتكافل الاجتماعي في المجتمع . وفضلا عن ذلك ، فان للصيام فوائد طبية وعلاجا من الأمراض البدنية . ومن المعروف أن لصحة الانسان البدنية تأثيرا على صحته النفسية ، فالعقل السليم في الجسم السليم .

ومن الآيات والأحاديث في مجال الصيام ما يأتي :

● « يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون » . (البقرة : ١٨٣)

● « شهر رمضان الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان ، فمن شهد منكم الشهر فليصمه ، ومن كان مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر ، يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون » .

(البقرة : ١٨٥)

ومن الأحاديث النبوية الشريفة :

— عن أبي هريرة ، أن رسول الله ﷺ قال : « اذا جاء رمضان ، فتحت أبواب الجنة ، وغلقت أبواب النار ، وصفدت الشياطين » .

(متفق عليه)

— وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ ، قال : « من

صام رمضان ايمانا واحتسابا ، غفر له ما تقدم من ذنبه » .

(متفق عليه)

— « ان الله عز وجل فرض صيام رمضان وسننت قيامه . فمن

صامه وقامه احتسابا خرج من الذنوب كيوم ولدته أمه » .

(رواه أحمد)

— « من أفطر يوما من رمضان من غير رخصة ولا مرض لم يقض

عنه صوم الدهر كله وان صامه » . (رواه البخارى ومسلم)

٢ - الزكاة :

ان فريضة « الزكاة » التى تفرض على المسلم ، باخراج تصيب معلوم من ماله كل عام لانفاقه على الفقراء ، هى تدريب للمسلم على العطف على المحتاجين من الناس ، ومد يد العون لهم ، ومساعدتهم على سد حاجاتهم . انها تقوى فى المسلم الشعور بالمشاركة الوجدانية مع الفقراء والمساكين ، وتبث فيه الشعور بالمسئولية نحوهم ، وتدفعه الى العمل على اسعادهم والترفيه عنهم . انها تعلم المسلم حب الآخرين ، وتخلصه من الأنانية وحب الذات والبخل والطمع . وقد سبق أن أشرنا الى أن قدرة الفرد على حب الناس واسداء الخير لهم والعمل على اسعادهم يقوى فيه الشعور بالانتماء الاجتماعى ويشعره بدوره الفعال المفيد فى المجتمع ، مما يجعله يشعر بالرضا عن نفسه ، وهو أمر له أهمية كبيرة فى صحة الانسان النفسية . وقد قال القرآن الكريم عن « الصدقة » سواء أكانت زكاة مفروضة أو تطوعا أنها تطهر النفس وتركها :

● « خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها » .

(التوبة : ١٠٣)

فَالزَّكَاةُ تَطْهَرُ النَّفْسَ مِنْ دَنَسِ الْبُخْلِ وَالطَّمَعِ وَالْأَثَرَةِ وَحُبِّ الذَّاتِ وَالْقِسْوَةِ • وَهِيَ تَرْكِي النَّفْسِ ، أَيْ تَنْمِيهَا وَتَرْفَعُهَا بِالْخَيْرَاتِ وَالْبَرَكَاتِ الْعَمَلِيَّةِ وَالْخَلْقِيَّةِ ، حَتَّى تَكُونَ بِهَا أَهْلًا لِلسَّعَادَةِ الدُّنْيَوِيَّةِ وَالْآخِرَوِيَّةِ • وَرَوَى أَحْمَدُ عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ لِرَجُلٍ مِنْ تَمِيمٍ سَأَلَهُ كَيْفَ يَنْفِقُ مَالَهُ : « تَخْرُجُ الزَّكَاةُ مِنْ مَالِكَ فَانْهَاطَتْ طَهْرَةً تَطْهَرُكَ ، وَتَصِلُ أَقْرَبَاءَكَ ، وَتَعْرِفُ حَقَّ الْمَسْكِينِ وَالْجَارِ وَالسَّائِلِ » • وَمِنْ الْآيَاتِ وَالْأَحَادِيثِ فِي هَذَا الْمَجَالِ :

● « إِنْ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ » • (الْبَقَرَةُ : ٢٧٧)

● « •• وَرَحِمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ ، فَسَأَكْتُبُهَا لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَالَّذِينَ هُمْ بِآيَاتِنَا يُؤْمِنُونَ » • (الْأَعْرَافُ : ١٥٦)

● « •• وَوَيْلٌ لِلْمُشْرِكِينَ • الَّذِينَ لَا يُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ بِالْآخِرَةِ هُمْ كَافِرُونَ » •

(فَصَلَتْ : ٦ — ٧)

● « قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ • الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ • وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ • وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ » • (الْمُؤْمِنُونَ : ١ — ٤)

● « •• لَنُنْزِلَنَّ أَقْمَتَكُمْ فِي الصَّلَاةِ وَآتَيْنَا الزَّكَاةَ وَأَقْمَتَكُمْ فِي الرِّسَالَةِ • وَعَزَّزْنَا بَاسْمِ اللَّهِ الْقُرْآنَ وَالْزَّكَاةَ وَالصَّلَاةَ وَالْحَزْنَ • وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ • وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ » • (الْمَائِدَةُ : ١٢)

وَمِنْ الْحَدِيثِ النَّبَوِيِّ الشَّرِيفِ :

— عَنْ أَبِي أَيُّوبَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ ﷺ : أَخْبِرْنِي بِعَمَلٍ يَدْخُلُنِي الْجَنَّةَ ، قَالَ : « تَعْبُدُ اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا ، وَتَقِيمُ الصَّلَاةَ ، وَتُؤْتِي الزَّكَاةَ ، وَتَصِلُ الرَّحِمَ » • (مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ) — « مَنْ اسْتَفَادَ مَا لَا فَلَ زَكَاةٌ عَلَيْهِ حَتَّى يَحُولَ عَلَيْهِ الْحَوْلُ عِنْدَ رَبِّهِ » • (رَوَاهُ أَحْمَدُ وَالتِّرْمِذِيُّ)

- « ما أدى زكاته فليس بكنز » • (رواه أحمد)
- عن أبي هريرة رضى الله عنه أن النبي ﷺ قال : « ما من يوم يصبح العباد فيه الا ملكان ينزلان ، فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقا خلفا ، ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكا تلفا » • (متفق عليه)
- « الصدقة تسد سبعين بابا من سوء »

- (رواه الطبراني)
- « حصنوا أموالكم بالزكاة ، وداووا مرضاكم بالصدقة ، وأعوا للبلاء الدعاء » • (رواه الطبراني)
- « من أراد أن تستجاب دعوته وأن تكشف كربته فليفرج عن معسر » • (رواه أحمد)
- « استنزلوا الرزق بالصدقة » • (رواه البيهقي)

٤ - الحج :

وللحج أيضا فوائد نفسية عظيمة الشأن • فزيارة المسلم لبيت الله الحرام في مكة المكرمة ، ولمسجد رسول الله عليه الصلاة والسلام في المدينة المنورة ، ولما نزل الوحي ، تمتد المسلم بطاقة روحية عظيمة تزيل عنه كربوب الحياة وهمومها ، وتغمره بشعور عظيم من الأمن والطمأنينة والسعادة •

وفضلا عن ذلك ، فإن في الحج تدريبا للانسان على تحمل المشاق والتعب ، وعلى التواضع حيث يخلع الانسان ملابسه الفاخرة ويرتدى ملابس الحج البسيطة التي يتساوى فيها جميع الناس ، الغنى والفقر ، والسيد والمسود ، والحاكم والمحكوم • وهو يقوى روابط الأخوة بين جميع المسلمين من مختلف الأجناس والأمم والطبقات الاجتماعية ، حيث يجتمعون جميعا في مكان واحد يعبدون الله تعالى ويبتهلون اليه ويتضرعون • ويهيئ هذا التجمع الهائل للمسلمين من مختلف الشعوب الاسلامية فرص التآلف والتعارف وتكوين العلاقات وال صداقات بينهم •

وفى الحج أيضا تدريب للانسان على ضبط النفس والتحكم فى شهواتها واندفاعاتها ، اذ يتنزه الحاج وهو محرم عن مباشرة النساء ، وعن الجدل والخصام والشحناء والسباب ، وعن المعاصى وكل ما نهى الله تعالى عنه • وفى ذلك تدريب للانسان على ضبط النفس ، وعلى السلوك المهذب ، وعلى معاملة الناس بالحسنى ، وعلى فعل الخير • فالحج هو جهاد للنفس ، يجتهد فيه الانسان أن يهذب نفسه ، ويقاوم أهواءه ، ويدرب نفسه على تحمل المشاق ، وعلى فعل الخير وحب الناس •

ويعلم المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب ، ويرجع المسلم من الحج كيوم ولدته أمه ، ولا شك أن معرفة المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب يجعل الانسان يعود من حجه منشرح الصدر سعيدا ، يغمره الشعور بالأمن والطمأنينة وراحة البال • ويمده هذا الشعور الغامر بالسعادة والأمن بطاقة روحية هائلة تنسيه هموم الحياة ومتاعبها ، قال الله تعالى :

● « ان أول بيت وضع للناس للذى ببكة مباركا وهدى للعالمين • فيه آيات بينات مقام ابراهيم ، ومن دخله كان آمنا ، ولله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا ، ومن كفر فان الله غنى عن العالمين » • (آل عمران : ٩٦ — ٩٧)

● « الحج أشهر معلومات ، فمن فرض فيهن الحج فلا رفث ولا فسوق ولا جدال فى الحج ، وما تفعلوا من خير يعلمه الله ، وتزودوا فان خير الزاد التقوى ، واتقون يا أولى الألباب » • (البقرة : ١٩٧)

● « وأذن فى الناس بأنوح رجالا وعلى كل صامر يأتين من كل فج عميق • ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام ، فكلوا منها وأطعموا البائس الفقير • ثم ليقتضوا نفثهم وليوفوا نذورهم وليطوفوا بالبيت العتيق » • (الحج : ٢٧ — ٢٩)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « من ملك زاداً وراحلة تبغفه الى بيت الله الحرام فلم يحج فلا عليه أن يموت يهودياً أو نصرانياً • ذلك أن الله يقول : « ولله على الناس حج البيت من استطاع إليه سبيلاً » (١٧) •

(رواه الترمذى وأحمد)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : « من حج ، فلم يرفث ، ولم يفسق ، رجع كيوم ولدته أمه » •

(متفق عليه)

— وعنه أن رسول الله ﷺ قال : « العمرة الى العمرة كفارة لما بينهما ، والحج المبرور ليس له جزاء الا الجنة » •

(متفق عليه)

— عن عائشة رضى الله عنها أن رسول الله ﷺ قال : « ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبداً من النار من يوم عرفة » •

(رواه مسلم)

رابعاً — الصبر :

يدعو القرآن المؤمنين الى التحلى بالصبر لما فيه من فائدة عظيمة فى تربية النفس ، وتقوية الشخصية ، وزيادة قدرة الانسان على تحمل المشاق ، وتجديد طاقته لمواجهة مشكلات الحياة وأعبائها ، ونكبات الدهر ومصائبه ، ولتعبئة قدراته لمواصلة الجهاد فى سبيل اعلاء كلمة الله تعالى • •

● « واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكبيرة الا على الخاشعين » • (البقرة : ٤٥)

● « يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين » • (البقرة : ١٥٣)

● « يا أيها الذين آمنوا اصبروا وصابروا ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون » • (آل عمران : ٢٠٠)

والمؤمن الصابر لا يجزع لما يلحق به من أذى ، ولا يضعف أو ينهار إذا ألمت به مصائب الدهر وكوارثه ، فلقد أوصاه الله تعالى بالصبر ، وعلمه أن ما يصيبه فى الحياة الدنيا إنما هو ابتلاء من الله تعالى ليعلم الصابرين منا ••

● « ولتبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين • الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون • أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » • (البقرة : ١٥٥ — ١٥٧)

● « ولتبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلو أخباركم » • (محمد : ٣١)

● « لتبلون فى أموالكم وأنفسكم ولتسمعن من الذين أوتوا الكتاب من قبلكم ومن الذين أشركوا أذى كثيرا ، وإن تصبروا وتتقوا فإن ذلك من عزم الأمور » • (آل عمران : ١٨٦)

والصبر من صفات المؤمنين الحميدة التى أشاد بها القرآن فى أكثر من موضع •

● « والعصر • إن الإنسان لفى خسر • إلا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » • (سورة العصر)

● « ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على حبه نوى القرى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم إذا عاهدوا ، والصابرين فى البأساء والضراء وحين البأس ، أولئك الذين صدقوا ، وأولئك هم المتقون » • (البقرة : ١٧٧)

والصبر يعلم الإنسان المثابرة وبذل الجهد لتحقيق أهدافه • والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الإرادة •• فالشخص الصابر قوى الإرادة ، لا تضعف عزيمته مهما لقي من مصاعب وعقبات • وبقوة

الارادة يتمكن الانسان من انجاز الأعمال العظيمة ، وتحقيق الأهداف الكبيرة .

● « ٠٠ ان يكن منكم عشرون صابرون يغلبوا مائتين ، وان يكن منكم مائة يغلبوا ألفا من الذين كفروا بأنهم قوم لا يفقهون » .
(الأنفال : ٦٥)

واذا تعلم الانسان الصبر على تحمل مشاق الحياة ، ومصائب الدهر ، والصبر على أذى الناس وعداوتهم ، والمثابرة على عبادة الله وطاعته ، وعلى مقاومة شهواته وانفعالاته ، والصبر والمثابرة على العمل والانتاج . فانه يصبح إنسانا ذا شخصية ناضجة مترنة متكاملة منتجة فعالة ، ويصبح فى مأمن من القلق ومن الاضطرابات النفسية .

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « الصبر نصف الايمان ، واليقين الايمان كله » .

(رواه الطبرانى والبيهقى)

— عن أبى يحيى صهيب بن سنان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « عجا لأمر المؤمن ان أمره كله له خير ، وليس ذلك لأحد الا للمؤمن : ان أصابته سراء شكر فكان خيرا له ، وان أصابته ضراء صبر فكان خيرا له » .
(رواه مسلم)

— عن أنس رضى الله عنه قال : قال النبى ﷺ : « ان عظم الجزاء مع عظم البلاء ، وان الله تعالى اذا أحب قوما ابتلاهم ، فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » . (رواه الترمذى)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة فى نفسه وولده وماله حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة » . (رواه الترمذى)

— وقال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » .

(رواه مسلم)

خامسا - النكر :

ان مواظبة المؤمن على ذكر الله تعالى بالتسبيح والتكبير والاستغفار والدعاء وتلاوة القرآن ، تؤدي الى تركية نفسه وصفائها وشعورها بالأمن والطمأنينة •

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » • (الرعد : ٢٨)

● « فاصبر على ما يقولون وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ، ومن آناء الليل فسبح وأطراف النهار لعنك ترضى » • (طه : ١٣٠)

ويقول الرسول ﷺ : « ذكر الله شفاء القلوب » •

(رواه الديلمي)

— وعنه ﷺ أنه قال : « لا يجتمع قوم يذكرون الله تعالى الا احفقتهم الملائكة وغشيتهم رحمته ، ونزلت عليهم السكينة ، وذكرهم الله تعالى » • (رواه ابن ماجه)

وحينما يداوم المسلم على ذكر الله تعالى فانه يشعر بأنه قريب من الخالق سبحانه ، وأنه في حمايته ورعايته ، ويبعث ذلك في نفسه الشعور بالثقة والقوة والأمن والطمأنينة والسعادة • قال تعالى :

● « فاذكروني أنكركم » • (البقرة : ١٥٢)

وذكر الله ، اذ يبعث في النفس الطمأنينة والأمن ، فهو بلا شك علاج للقلق الذي يشعر به الانسان حينما يجد نفسه ضعيفا عاجزا أمام ضغوط الحياة وأخطارها ، دون سند أو معين •

● « ومن أعرض عن ذكرى فان له معيشة ضنكا » •

(طه : ١٢٤)

ان الذكر من أفضل العبادات ، قال تعالى :

● « .. أن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله

(العنكبوت : ٤٥)

أكبر .. »

والواقع ان جميع العبادات ذكر أو تساعد على الذكر . . وفى الصلاة يقوم المصلى بتكبير الله ، وتلاوة القرآن ، وتسبيح الله راکعاً وساجداً ، وحمد الله والثناء عليه ، والصلاة على النبى ﷺ ثم يعقب الصلاة الاستغفار وتسبيح الله وحمده وتكبيره ، والدعاء له . . وكل ذلك ذكر . وفى الصوم طاعة لله تعالى ، وابتعاد عن المعاصى التى تغضبها ، وتعظيم له ، وشكر له على هدايته . . وكل هذا ذكر . وفى الحج يتفرغ المسلم للصلاة والابتهاال والدعاء لله ، والقيام بمناسك الحج . . وكل ذلك ذكر . قال تعالى :

● « انى أنا الله لا اله الا أنا فاعبدنى وأقم الصلاة لذكرى . . » (طه : ١٤)

● « . . ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون » . (البقرة : ١٨٥)

● « وأذن فى الناس بالحج يأتوك رجالاً وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق . ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام » . (الحج ٢٧ — ٢٨)

* * *

سادساً — التوبة :

ان الشعور بالذنب يسبب للانسان الشعور بالنقص والقلق ، مما يؤدى الى نشوء أعراض الأمراض النفسية . ويهتم العلاج النفسى ، فى مثل هذه الحالات ، بتغيير وجهة نظر الشخص المريض عن خبراته السابقة التى سببت له الشعور بالذنب ، فيراها فى ضوء جديد بحيث لا يرى فيها ما يبرز شعوره بالذنب والنقص ، فيخف تأنيبه لنفسه ، ويصبح أكثر تقبلاً لذاته ، فيزول قلقه وأعراض مرضه النفسى .

ويمدنا القرآن بأسلوب فريد وناجع فى علاج الشعور بالذنب ، ألا وهو التوبة . فالتوبة الى الله سبحانه وتعالى تغفر الذنوب ، وتقوى فى الانسان الأمل فى رضوان الله ، فتخف حدة قلقه . والتوبة تدفع الانسان عادة الى اصلاح الذات وتقويمها حتى لا يقع المرء مرة أخرى فى الأخطاء والمعاصى ، وهذا يساعد على زيادة تقدير الانسان لذاته

وازدیاد ثقته بها ورضائه عنها ، وبالتالي بث الشعور بالأمن والطمأنينة
فى نفسه •

ان ایمان المسلم بأن الله جل شأنه يقبل التوبة ويغفر الذنوب ،
انما يدفعه الى الاستغفار والتوبة ، والابتعاد عن ارتكاب المعاصى أملا
فى مغفرة الله ورضوانه • واذا ما تاب المسلم توبة نصوحا ، والتزم
بطاعة الله وبالعمل الصالح ، ارتاح باله ، واطمأنت نفسه ، وزالت عنه
الغمة والشعور بالذنوب الذى يسبب له القلق واضطراب الشخصية
وسوء التوافق • قال تعالى :

● « قل يا عبادى الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة
الله ، ان الله يغفر الذنوب جميعا ، انه هو الغفور الرحيم » •
(الزمر : ٥٣)

● « انما التوبة على الله للذين يعملون السوء بجهالة ثم يتوبون
من قريب فأولئك يتوب الله عليهم ، وكان الله عليما حكيما » •
(النساء : ١٧)

● « ان الله لا يغفر أن يشرك به ويغفر ما دون ذلك لمن
يشاء » • (النساء : ٤٨)

● « ومن يعمل سوءا أو يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله
غفورا رحيمًا » • (النساء : ١١٠)

● « فمن تاب من بعد ظلمه وأصلح فإن الله يتوب عليه ، ان الله
غفور رحيم » • (المائدة : ٣٩)

● « واذا جاءك الذين يؤمنون بآياتنا فقل سلام عليكم ، كتب
ربكم على نفسه الرحمة ، أنه من عمل منكم سوءا بجهالة ثم تاب من
بعده وأصلح فإنه غفور رحيم » • (الأنعام : ٥٤)

● « وانى لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحا ثم اهتدى » •
(طه : ٨٢)

وهكذا نجد أن أسلوب القرآن الكريم فى علاج الشخصية المنحرفة
أو القويمة هو العلاج الأمثل من حيث بث الايمان بالعقيدة فى النفوس ،

وفرض العبادات المختلفة التى تساعد فى التخلّى عن العادات السيئة ،
وحث المسلم على تعلّم الصبر لتحمل مشاق الحياة بنفس راضية ،
والحث على المواظبة على ذكر الله حتى يشعر الانسان بقربه من
الخالق عز وجل ، والاستغفار والتوبة مما يساعد على التخلص من
القلق الناشئ عن الشعور بالذنب •

● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق
المبادئ والقوانين النفسية فى المجالات المختلفة • فى الأسرة أو المدرسة
أو العمل أو المجتمع • وقد نشأت الحاجة الى الخدمات النفسية نتيجة
للتغيرات التى طرأت على الأسرة وعلى العمل وعلى المجتمع عامة •

٢ — « التوجيه » عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات
التي تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم ، وإدراك مشكلاتهم ،
والانتفاع بإمكاناتهم للتغلب على المشكلات التى تواجههم ، بما يؤدى
الى توافقهم • ويساعد « الارشاد النفسى » الفرد على تقبل ذاته
وحل مشكلاته وتحقيق التوافق مع نفسه وبيئته • ويقوم التوجيه
والارشاد النفسى على أسس فلسفية ، وسيكولوجية ، وتربوية
 واجتماعية ، وفنية وأخلاقية •

٣ — « العلاج النفسى » عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات
الطبيعة الانفعالية الحادة ، حيث يساعد المعالج النفسى الشخص
المريض ويعاونه على إزالة الأعراض النفسية التى يعانىها أو تعديلها
بما يؤدى الى نمو شخصيته وتطورها • وهو يشترك مع التوجيه
والارشاد النفسى فى تحقيق التوافق للفرد •

٤ — ان أسلوب القرآن فى العلاج النفسى هو أسلوب ناجع من
حيث بث الايمان بالعقيدة ، وفرض العبادات ، والحث على تعلّم
الصبر ، والمواظبة على ذكر الله ، والاستغفار والتوبة ، مما يؤدى فى
النهاية الى التخلص من القلق ، والشعور بالراحة النفسية •

الفصل السادس

خاتمة

لقد ناقشنا عبر الفصول الخمسة السابقة الجوانب المختلفة للشخصية السوية •• ونقطة الانطلاق فى المناقشة نابعة من القرآن الكريم « ونفس وما سواها •• » فلقد أصبح الانسان فى حاجة ماسة الى فهم ذاته ، حيث قد بلغ قدرا كبيرا من التقدم العلمى ، بينما قد تخلف فى الركب الانسانى •• فأصبحت الدول تتنافس وتتناحر حتى تتغلب اجداهها على الدول الأخرى فى انتاج أسلحة الدمار الشامل وغزو الفضاء لمتحكم فى مصير العالم وتملى ارادتها على الدول الأخرى ، وفى غمرة الانتصار والنشوة بالمخترعات المدمرة ، نسى الحكام فى الدول العظمى — أو تناسوا — أن خالق هذا الكون — سبحانه — قادر على أن يحميه من الدمار ، أو أن يرسل عليهم طيرا أبابيل ، ترميهم بحجارة من سجيل ، وتجعلهم كعصف مأكول •• أو أن تأخذهم الصيحة فيصحبوا فى ديارهم جاثمين •

ان الانسان يبدأ التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته ومجتمعه لم تعد علاقة ود ووثام وتفاهم ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه •• حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجته الى فهم ذاته • وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية البشرية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية •

ولقد ورد فى القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان — الذى خلقه الله تعالى فى أحسن تقويم — عن غيره من المخلوقات • وجاء فى القرآن أيضا وصف لبعض النماذج المختلفة للشخصية البشرية ، وهى

نماذج أو أنماط شائعة نكاد نراها اليوم فى مختلف المجتمعات • ونجد فى القرآن أيضا أوصافا للشخصية السوية ، وغير السوية ، وللعوامل التى تكون السواء وعدم السواء فى الشخصية •

ويشير القرآن أيضا الى الصراع بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان • ولعل مشيئة الخالق — سبحانه — قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » • (المنافقون : ٩)

ولقد شاعت حكمة الله تعالى ورحمته أن يوفر للانسان كافة الامكانيات التى تساعد على كسب المعركة فى الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ، بأن وهبه العقل — الذى ميزه به عن سائر المخلوقات — ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمده بحرية الاختيار حتى يستطيع أن يبت فى آخر هذا الصراع • قال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • (البلد : ١٠)

● « انا هديناه السبيل أما شاكرا وأما كفورا » •

(الانسان : ٣)

● « ونفس وما سواها • فآلهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من

زكاه • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ — ١٠)

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ريك بظلام

للعبيد » • (فصلت : ٤٦)

• وإذا أخلص الانسان فى تقربه لله تعالى بالعبادات وصالح الأعمال ، بما يحقق التوازن بين المطلب البدنية والمطالب الروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من الكمال ، حيث تكون نفسه فى حالة اطمئنان وسكينة ، أى « نفس مطمئنة » ، قال تعالى :

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية •

فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • (الفجر : ٢٧ — ٣٠)

ولقد كان القرآن الكريم سابقا مئات السنين لتلك المدارس الفكرية النفسية التي حاولت أن تحدد الأنماط المختلفة للشخصية البشرية .. فاننا نجد في القرآن تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هي : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون ، ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين . ويتميز « المؤمنون » بالايمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، والتقوى والاستغفار ، والتمسك بالأخلاق الحميدة ، وحسن العاشرة والمعاملة وحسن السلوك . ويتصف « الكافرون » بعدم الايمان . والظلم والطغيان ، وسوء الخلق والمعاملة والسلوك . ويتصف « المنافقون » بالرياء ، وضعف الثقة بالنفس ، وضعف الايمان ، والكذب والخداع ، والتردد والريبة ، والحيل الدفاعية .

ان دراسة الشخصية السوية تدعونا الى الاهتمام بموضوع الأخلاق والدين وعلاقتها بالشخصية . ولقد تعرضت الأخلاق في الاسلام لجميع نواحي الحياة الانسانية .. فيحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة ، واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء السلوك . ومن أهم المبادئ والقيم الأخلاقية التي يحث عليها الاسلام ما يأتي : أدب الحديث ، والتسامح ، والرحمة ، والحلم ، والصفح ، والعدالة . والصدق ، والأمانة ، والوفاء ، والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد ، والتعاون . ومن الآيات القرآنية التي تحث على التحلى بهذه الصفات :

● « قد أفلح المؤمنون . الذين هم في صلاتهم خاشعون . والذين هم عن اللغو معرضون » . (المؤمنون : ١ - ٣)

● « .. وليعفوا وليصغحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم » . (النور : ٢٢)

● « .. والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين » . (آل عمران : ١٣٤)

- « ٠٠ » وإذا قلتم فاعدلوا ولو كان ذا قربى » .
(الأنعام : ١٥٢)
- « والذين هم لأماناتهم وعهدهم راحون » .
(المؤمنون : ٨)
- « وأوفوا بعهد الله إذا عاهدتم ولا تناقضوا الإيمان بعد توكيدها
وقد جعلتم الله عليكم كفيلا ، ان الله يعلم ما تفعلون » .
(النحل : ٩١)
- « ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال
والأنفس والثمار ، وبشر الصابرين . الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا
انا لله وانا اليه راجعون . أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ،
وأولئك هم المهتدون » .
(البقرة : ١٥٥ - ١٥٧)
- « ٠٠ » واذكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم
فأصبحتم بنعمته إخوانا » .
(آل عمران : ١٠٣)
- « والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف
وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله ،
وأولئك سيرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » .
(التوبة : ٧١)
- ويتعرض الانسان للصراع فى نفسه ، عندما تتجاوزه حاجاته
البدنية التى يعمل على اشباعها من أجل البقاء وحفظ النوع ، وصفاته
المنوية السامية المتمثلة فى الشوق الى الايمان بالخالق جلت قدرته
وعبادته وتسبيحه . . وعندما تتجاوزه هاتين القوتين - المادية
والروحية - يعانى الانسان الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من
شخصيته . ولقد أشار القرآن الكريم الى هذا الصراع بقوله :
● « لقد خلقنا الانسان فى كبد » .
(البلد : ٤)
- « فأما من طفى . وآثر الحياة الدنيا . فإن الجحيم هى
المأوى . وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى . فإن الجنة
هى المأوى » .
(النازعات : ٣٧ - ٤١)

وقد اقتضت مشيئة الله تعالى أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى لقوة إيمانه ، فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق الأثابة فى الدنيا والآخرة •

قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأوئك هم الخاسرون » • (المنافقون : ٩)

● « فذكر ان نفعت الذكرى • سيذكر من يخشى • ويتجنبها الأشقى • أشد يصلى النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا • قد أفلح من تركى • وذكر اسم ربه فصلى • بل تؤثرن الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • (الأعلى : ٩ — ١٧)

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتصف بالشك والتردد والريبة ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف والرهبة من أن يفضح المسلمون أمرهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى استمرار الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • ولقد أشار القرآن الكريم الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يلجأون اليها هى : الاسقاط ، والمبرير ، وتكوين رد الفعل •

« فالاسقاط » حيلة عقلية يقوم بها الشخص باسقاط مشاعره ودوافعه وعيوبه على الغير • ولقد كان المنافقون يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين ، فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم • ولقد صور القرآن ذلك أصدق تصوير بقوله :

● « وإذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون » • (المنافقون : ٤)

و « التبرير » حيلة عقلية دفاعية يحاول بها الشخص تفسير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تبريرات مقبولة ، وهو يقوم بهذه

العملية بطريقة لا شعورية • ولقد كان المنافقون والكافرون يلجأون الى التبرير فى معظم الحالات لتغطية سلوكهم كى يبدو معقولاً • •
فاذا أفسدوا قالوا انهم يريدون الاصلاح ويبررون ذلك بتفسيرات مختلفة • وقد وصف القرآن الكريم التبرير الذى قام به المنافقون وصوره أحسن تصوير بقوله :

● « واذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون •
الا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون » • (البقرة : ١١ - ١٢)

ويعتبر « تكوين رد الفعل » حيلة دفاعية يتخذ فيها الشخص سلوكا يعتبر مضادا لسلوك آخر ، كالمبالغة فى المجاملة والاهتمام فى معاملة شخص معين يخفى بها شعور العدائى نحوه • ولقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة لاختفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين • ولقد كشف القرآن الكريم حيلتهم بقوله :

● « ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام • واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد » •

(البقرة : ٢٠٤ - ٢٠٥)

وتتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو المصدر الأساسى والسبب الرئيسى فى ظهور أعراض الأمراض النفسية ، وتتفق هذه المدارس الفكرية كذلك على أن الهدف الأساسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبث الشعور بالأمن فى نفس الانسان • • وتشير الدراسات الاسلامية الى نجاح الايمان بالعقيدة الاسلامية فى شفاء النفس من أمراضها ، والتغلب على الشعور بالقلق ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة • وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من امن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● « الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ

مُهْتَدُونَ » • (الأنعام : ٨٢)

● « • • وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ • • » (التغابن : ١١)

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » . (الرعد : ٢٨)

● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . (الأحقاف : ١٣)

ولقد استطاع القرآن الكريم أن يعالج نفوس العرب ، ويحدث تغييرا كبيرا في شخصياتهم بالاستعانة بعدة أساليب أهمها :

— بث الايمان بعقيدة التوحيد في نفوسهم ، وغرس جذور التقوى في قلوبهم ، بكل ما يؤدي اليه ذلك من نتائج بالغة الأهمية في تقويم سلوكهم وشخصياتهم على الطريق السوي .

— فرض العبادات المختلفة التي ساعدت على تخليهم عن كثير من عاداتهم السيئة السابقة ، وتحليهم بالعديد من العادات والخصال الحميدة التي ساعدت على تكوين شخصياتهم تكوينا سويا مترنا متكاملا . كل هذا بفضل الصلاة ، والزكاة ، والصيام ، والحج ، وهي أركان الاسلام الأساسية تسبقها الشهادة .

— حثهم على تعلم الصبر ، تلك الخصلة التي تساعد على تحمل المشاق وتحمل البلاء بنفس راضية ، وقوة الارادة والعزيمة ، مما يقلل من احتمالات التوتر والضيق والشعور بالهم والقلق .

— حثهم على المواظبة على ذكر الله — قياما وقعودا وعلى جنوبهم وفي كل زمان ومكان — مما يشعر الانسان أنه قريب من الله عز وجل ، فيغمره الشعور بالأمن والطمأنينة .

— حثهم على الاستغفار والتوبة ، مما يخلصهم من الشعور بالذنب وما يسببه من شعور بالقلق .

بكل هذه الأساليب نجح القرآن الكريم في علاج نواحي الضعف في شخصيات المسلمين ، وفي غرس الصفات الحميدة في نفوسهم ، مما ساعد على تكوين شخصياتهم تكوينا متكاملا سويا ، وكان له أكبر الأثر في احداث تغييرات بالغة الأهمية في جميع نواحي الحياة في المجتمع العربي بشبه الجزيرة العربية ، وبالمجتمع الاسلامي في العالم بأسره .

● وبعد ..

ان القرآن الكريم ، والعقيدة الاسلامية ، والأحاديث النبوية الشريفة ، وتعاليم الدين الاسلامى الحنيف .. كل هذا سبق العلم والعلماء المحدثين ، الذين حاولوا — ويحاولون — الغوص فى أعماق النفس البشرية ، والخروج بآراء ونظريات فى النفس البشرية والشخصية الانسانية . ان علماء الغرب لم يستحدثوا جديدا بعد ما جاء به القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وما على المسلمين الا أن يتعمقوا فى دراسة تعاليم الاسلام ، بمثل ما فعل علماء المسلمين الأوائل الأفاضل ، وينهلوا من فيض هذا الدين الحنيف ، وحينئذ يخرجون على العالم أجمع بأفضل الآراء والنظريات المتعلقة بالنفس البشرية .

● « وما أوتيتم من العلم الا قليلا » . (الاسراء : ٨٥)

(صدق الله العظيم)

* * *

مراجع الكتاب

● المراجع العربية :

- ١ — أحمد محمد فارس : النماذج الانسانية في القرآن الكريم . بيروت : دار الفكر ، د . ت .
- ٢ — حامد عبد السلام زهران : التوجيه والارشاد النفسى . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٧ .
- ٣ — حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والدلاج النفسى . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ .
- ٤ — حسن الفقى ، وسيد خير الله ، (ترجمة) : الشخصية بين الصحة والمرض . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ .
- ٥ — سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ .
- ٦ — سيد عبد الحميد مرسى : « التوجيه والارشاد النفسى بالجامعات — (خدمات الشئون الطلابية) » مجلة كلية التربية ، المحرم ١٣٩٦ هـ .
- ٧ — سيد عبد الحميد مرسى : دور المعلم فى التوجيه والارشاد بالمدرسة الثانوية . مكة المكرمة : المؤتمر الأول لاعداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ .
- ٨ — سيد عبد الحميد مرسى : الدين المعاملة . جدة : ادارة تدريب التسويق ، الخطوط الجوية العربية السعودية ، ١٩٨٥ .
- ٩ — سيد عبد الحميد مرسى : سيكولوجية المهن (ط ٤) القاهرة : العالمية للنشر ، ١٩٧٧ .
- ١٠ — سيد عبد الحميد مرسى : علم النفس والكفاية الانتاجية . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ١١ — سيد قطب : العدالة الاجتماعية فى الاسلام . القاهرة : مكتبة مصر ، د . ت .
- ١٢ — صلاح عبد القادر البكرى : القرآن وبناء الانسان . جدة : تهامة ، ١٩٨٢ .
- ١٣ — صموئيل مغاريوس : الصحة النفسية والعمل المدرسى . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ .

- ١٤ — عبد الكريم العثمان : الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي
بوجه خاص (ط ٢) . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ١٥ — عطية محمود هنا : التوجيه التربوي والمهني . القاهرة : مكتبة
النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .
- ١٦ — عطية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية .
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ .
- ١٧ — عطية محمود هنا ، وسامى هنا : علم النفس الاكينيكي (ج ١) .
القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٣ .
- ١٨ — فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعى والتنظيمى .
القاهرة : دار المعارف ، ١٩٨٣ .
- ١٩ — فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) :
نظريات الشخصية . القاهرة . الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ .
- ٢٠ — محمد عثمان نجأتى : القرآن وعلم النفس . القاهرة ،
دار الشروق ، ١٩٨٢ .
- ٢١ — محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى .
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .
- ٢٢ — محمد الغزالي : خلق المسلم (ط ٨) . القاهرة : دار الكتب
الحديثة ، ١٩٧٤ .
- ٢٣ — مصطفى فهمى : التكيف النفسى . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ .
- ٢٤ — مصطفى فهمى : علم النفس الاكينيكي . القاهرة : مكتبة
مصر ، ١٩٦٧ .
- ٢٥ — يوسف القرضاوى : الخصائص العامة للاسلام (ط ٢) .
القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ٢٦ — يوسف مراد : دراسات فى التكامل النفسى . القاهرة :
الخانجى ، ١٩٥٨ .

● المراجع الأفرنجية :

1 — Adler, A.; **The Practice and Theory of Individual Psychology**. New York : Horcourt. Brace, 1927 .

2 — Adler, A.; **Understanding Human Nature**. New York : Greenberg, 1927 .

3 — Allport, G.; **Becoming : Basic Considerations for a Science of Personality**. New Haven, Conn. : Yale Univ. Press, 1955.

4 — Allport, G.; **Patterns and Growth of Personality**. New York. Holt, 1961 .

5 — Allport, G.; **Personality : A Psychological Interpretation**. New York : Holt, 1937.

6 — Arieti, S. (ed.) ; **American Handbook of Psychiatry** (vol. II) . N. Y. : Basic Books, 1959 .

7 — Berrien . F. ; **Comments and Cases on Human Relations**, New York : Harper, 1951 .

8 — Carrol, H.; **Mental Hygiene : The Dynamics of Adjustment** (5th ed.) . Englewood Cliffs, N. J. : Prentice - Hall, 1969.

9 — Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors Discovered on Objective Personality Tests. » **J. Abnor. Soc. Psychol.** 1955

10 — Cattell, R. ; **Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study**. New York : McGraw - Hill, 1950.

11 — Combs, A., and Snygg. D.; **Individual Behavior**. New York : Harper & Row, 1949 .

12 — Dollard, J., and Miller, N. ; **Personality and Psychotherapy**. New York : McGraw - Hill, 1950 .

13 — Freud, S.; **An Outline of Psychoanalysis**. New York : Norton, 1949 .

14 — Fromm, E.; **Escape from Freedom**. New York : Holt, 1941 .

- 15 — Fromm, E.; **Man for Himself**. New York : 1947 .
- 16 — Fromm, E. ; **The Sane Society** . New York : Rinehart. 1955 .
- 17 — Goldstein, K.; **Human Nature in the Light of Psychotherapy**. Cambridge. Mass. : Harvard Univ. Press, 1940.
- 18 — Goldstein, K.; **The Organism** . New York : American Book, 1939 .
- 19 — Horney, K.; **The Neurotic Personality of Our Time**. New York : Norton, 1937 .
- 20 — Horney , K.; **Neurosis and Human Growth**. New York : Norton, 1950 .
- 21 — Jahoda, M.; **Current Concepts of Mental Health**. New York : Basic Books, 1958 .
- 22 — Jones, E.; **The Life and Works of Sigmund Freud**. New York : Basic Books, 1957
- 23 — Jung, C.; **The Integration of Personality**. New York : Rinehart, 1939 .
- 24 — Jung, C.; « The Development of Personality . » **Collected Papers**, vol . 12. New York : Pantheon Press, 1954 .
- 25 — Lewin, K.; **Dynamic Theory of Personality**. New York : McGraw-Hill, 1935.
- 26 — Lewin, K.; **Principles of Topological Psychology** . New York : McGraw - Hill. 1936 .
- 27 — Lewin. K.; **Field Theory in Social Science**. New York : Harper, 1951 .
- 28 — Lindgren, H.; **Psychology of Personal and Social Adjustment** (2nd ed.) New York : American Book, 1959 .
- 29 — Linton, R.; **Culture & Mental Disorders**. Springfield, Ill. : Charles Thomas, 1956.

- 30 — Maslow, A. ; **Motivation and Personality**. New York : Harper, 1954.
- 31 — Maslow, A.; **Toward a Psychology of Being**. Princeton, N. J. : Van Nostrand , 1962 .
- 32 — Opler, M. (ed.) ; **Culture and Mental Health** . New York: Macmillan, 1959 .
- 33 — Patterson, C.; **Counseling and Psychotherapy : Theory and Practice**. N. Y. : Harper, 1959 .
- 34 — Pond, D.; **Counselling in Religion and Psychiatry**. London : Oxford Univ. Press, 1973 .
- 35 — Rank, O. : **The Trauma of Birth**. New York : Harcourt-Brace, 1929 .
- 36 — Rank, O.; **Will Therapy, Truth, and Reality**. New York : Knopf, 1945.
- 37 — Rogers, C.; **Client - Centered Therapy : Its Current Practice, Implications, and Theory**. New York : Houghton - Mifflin. 1951 .
- 38 — Rogers. C.; **Counseling and Psychotherapy** . Boston, Mass. : Houghton-Mifflin, 1942 .
- 39 — Rogers, C.; « Significant Aspects of Client-Centered Therapy. » **Amer. Psychologist**, 1946 .
- 40 — Scott, T., et. al.; **A Definition of Work Adjustment**. Minnesota : Industrial Relations Center, Univ. of Minnesota, 1958.
- 41 — Shaffer, L., and Shoben, E., Jr.; **The Psychology of Adjustment** (2nd ed .) Boston, Mass. : Houghton - Mifflin, 1956.
- 42 — Sullivan, H. S.; **Conceptions of Modern Psychiatry**. New York : Norton, 1953

43 — Sullivan, H.S.; **The Interpersonal Theory of Personality.**
New York : Norton, 1953

44 — Thorne, F.; **Principles of Personality Counseling . J.**
Clinical Psychology, 1950

45 — Wolman, B. (ed) ; **Handbook of Clinical Psychology .**
New York : McGraw - Hill, 1965 .

46 — Wolman, B.; **Mental Disorders : Their Theory & Classi-**
fication. N. Y. : Basic Books. 1965 .

47 — Wolberg, R.; **The Techniques of Psychotherapy . N.Y. :**
Grune & Stratton, 1954 .

* * *

مُحَوِّلات الكتاب

الصفحة

المقدمة ٥

الفصل الأول : مدخل الى الشخصية السوية

(٩ - ٢٢)

٩	مدخل
١٠	مفهوم الشخصية السوية
١٥	الشخصية السوية
١٩	الشخصية السوية فى القرآن
٢١	الخلاصة

الفصل الثانى : اطار نظرى لدراسة الشخصية

(٢٣ - ٧٨)

٢٣	مدخل
٢٤	وجهات النظر المختلفة فى دراسة الشخصية
٢٥	أولا : المدرسة انكبيية
٣٠	ثانيا : المدرسة الكلية البيولوجية (العضوية)
٣٩	ثالثا : مدرسة التحليل النفسى
٤٢	رابعا : الفرديون المحدثون
٥٤	خامسا : نظرية التعلم
٥٧	سادسا : نظرية الذات
٦٥	وجهة نظر

الصفحة

٦٧	انهاط الشخصية فى القرآن
٦٨	أولا : المؤمنون
٧٢	ثالثا : المنافقون
٧٣	ثالثا : المنافقون
٧٥	الخلاصة

الفصل الثالث : ملامح الشخصية السوية

(٧٩ — ١٣٠)

٧٩	النمو النفسى
٧٩	أولا : التكيف
٨٠	ثانيا : اشباع الحاجات الأساسية
٨١	ثالثا : تحقيق الشخصية السوية
٨٢	المميزات السلوكية للشخصية السوية
٩٠	الصحة النفسية والتكيف
٩٧	الشخصية والأخلاق
١٢٩	الخلاصة

الفصل الرابع : توافق الشخصية

(١٣١ — ١٧٢)

١٣١	مدخل
١٣٢	أبعاد التوافق
١٣٢	أولا : التوافق الشخصى
١٤١	ثانيا : التوافق الاجتماعى
١٤٦	ثالثا : التوافق المهنى

الصفحة

١٥٣	أساليب التوافق غير السوى
١٥٥	أولا : الأساليب الهجومية
١٥٨	ثانيا : الأساليب الانسحابية
١٦٠	ثالثا : الأساليب الاستعطافية
١٦٣	رابعا : القلق المرضى / عصاب القلق
١٦٤	مظاهر سوء التوافق فى القرآن
١٦٤	أولا : الصراع النفسى
١٦٩	ثانيا : الحيل العقلية
١٧٠	١ - الاستقاط
١٧٠	٢ - التبرير
١٧١	٣ - تكوين رد الفعل
١٧١	الخلاصة

الفصل الخامس : التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق

(١٧٣ - ٢١٣)

١٧٣	مقدمة
١٧٤	الحاجة الى الخدمات النفسية
١٧٧	مفهوم التوجيه والارشاد النفسى
١٨١	الأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى
١٨٦	العلاج النفسى
١٨٩	أهداف العلاج النفسى
١٩٠	العلاج النفسى فى القرآن
١٩١	الايمان والشعور بالأمن
١٩٢	أسلوب العلاج النفسى فى القرآن
١٩٤	أولا : الايمان بعقيدة التوحيد

الصفحة

١٩٥	ثانيا : التقوى
١٩٦	ثالثا : العبادات
٢٠٧	رابعا : الصبر
٢١٠	خامسا : الذكر
٢١١	سادسا : التوبة
٢١٣	الخلاصة

الفصل السادس : خاتمة

(٢١٤ - ٢٢١)

٢١٤	خاتمة
٢٢٢	مراجع الكتاب
٢٢٨	محتويات الكتاب

* * *

رقم الايداع بدار الكتب المصرية ١٩٨٥/٥٣٢١
الترقيم الدولي ٥-٥٦-٣٠٧-٩٧٧